

XƏZƏR UNIVERSİTETİ

Fakültə: Təbiət Elmləri, Sənət və Texnologiya Yüksək Təhsil

Departament: Psixologiya

İxtisas: Klinik Psixologiya

MAGİSTR TEZİSİ

Mövzu : Yeniyetmələrdə bağlanma tərzlərinin qəzəb ifadə etmə və təşviş əlamətləri
üzərində təsiri

Magistrant: Nərgiz Gözəlova Bəxtiyar qızı

Elmi rəhbər: Psixologiya üzrə fəlsəfə doktoru
Verdiyeva Ləman Əşrəf qızı

Bakı - 2024

MÜNDƏRİCAT

GİRİŞ	3
I FƏSİL . ƏDƏBİYYAT XÜLASƏSİ	7
1.1. Bağlanma nəzəriyyəsinin tarixi və ona təsir edən faktorlar.....	7
1.1.1. Bağlanma modelləri.....	10
1.1.2. Yeniyetməlik dövründə bağlanma və bununla bağlı aparılan araşdırmalar.....	13
1.2. Yeniyetməlik yaş dövrünün əsas xüsusiyyətləri.....	17
1.2.1. Təşviş və qəzəb anlayışının psixoloji xarakteristikası.....	20
1.2.2. Yeniyetməlik dövrünə təşviş və qəzəbin təsiri.....	24
II. FƏSİL. TƏDQIQATIN METOD VƏ METODİKALARI	28
2.1. Tədqiqatın keçirildiyi yer və iştirakçıların seçimi.....	28
2.2 Metodikalar.....	28
III. FƏSİL. ALINAN NƏTİCƏLƏR VƏ ONLARIN MÜZAKİRƏSİ	31
3.1. Eksperimentə cəlb olunmuş yeniyetmələrin demoqrafik göstəricilərinin eksperimental təhlili.....	31
3.2. Eksperimentdən əldə olunan nəticələrin müqayisəli təhlili.....	46
NƏTİCƏ	55
İSTİFADƏ OLUNAN ƏDƏBİYYAT SİYAHISI	59
ƏLAVƏLƏR	67

GİRİŞ

Mövzunun aktuallığı: İnsan təbiətə bioloji davamlılığı qorumaq və çevrəsində baş verənlərlə mübarizə aparmaq məcburiyyətində olduğuna görə sosial bir varlıqdır. İnsanın inkişafında bir çox amillər bioloji , sosial , psixoloji vəs rol oynayır. Yeniyetməlik 11-12 yaşdan başlayaraq 18 yaşa qədər davam edən, sürətli fiziki, psixoloji və sosial dəyişiklikləri özündə ehtiva edən dövrün ümumi adıdır. Yeniyetməlik həyat boyu inkişafda dönüş nöqtələrinin görüldüyü bir dövr olduğundan, bu mərhələdə həm valideynlərlə münasibətlərdə, həm də yeniyetmənin bağlanma modelində əsaslı inkişaf müşahidə olunur. Bu yaşda yeniyetmələr yaşadıkları fizioloji dəyişikliklərlə yanaşı inkişaf edən mücərrəd düşünmə qabiliyyətlərinin köməyi ilə analarının davranış və rəftarlarına tənqidi yanaşmağa başlayırlar. Bu dövrdə özlərini müxtəlif bağlılıq münasibətlərinə hazırlayaraq və sağlam keçidlər edə bilirlər. Yeniyetməlik dövründə valideynlər uşaqları üçün təhlükəsiz baza olmağa davam edirlər. Bu baxımdan yeniyetməlik dövründə bağlanma rol oynayır. Və yeniyetmə yeni kəşflər etməyə davam edir. Tədqiqatlar göstərir ki, anaya güvənli bağlanma insanların yetkinlik yaşına qədər güclü olmaqlarına fayda göstərir. Bu dövrdə özünü müxtəlif bağlarla sınayan, yeni modelləri təcrübə edən və müxtəlif sahələrdə kəşflər edən yeniyetmələr əgər güvənli münasibət qurublarsa o kəşflərdə uğurlu olur və doğru yerlərdə kəşflər etmək şansı əldə edirlər. Güvənsiz (laqeyd , qorxulu , obsesif) bağlanan yeniyetmələrdə, yeniyetməlik dövründəki dəyişikliklər müxtəlif problemlərə səbəb olur. Yetərsizlik, tərks edilmə, kifayət qədər qəbul edilməmə, sevilməmə hissləri ilə müşayiət olunan güvənsiz bağlanma , xüsusən də yeniyetməlik dövründə narahatlığını artıraraq, təşviş ,qəzəb, təklük və depressiya kimi pozğunluqlar yaşamasına səbəb ola bilər. Bu cür bağlılığı olan yeniyetmələr üçün stresli bir mərhələ ola bilər. Kəşf etməkdən ziyadə başqalarını sevindirməyə və özünü qəbul etdirməyə çalışırlar. Yeniyetmələr bu mərhələdə analarına digər dövrlərə nisbətən daha çox ehtiyac hiss edə bilirlər və onları sığınacaqları bir təhlükəsiz sığınacaq kimi qəbul etmək istəyirlər. Bu şəkildə bağlamanın əsas funksiyalarını davam etdirmək istəyirlər. Ancaq inkişaf mərhələsinə görə, anaları ilə keçirdikləri vaxtda azalmalar görülür və birtərəfli bağlanmadan qarşılıqlı əlaqə prinsipinə keçid edilir. Qeyd etməliyik ki bu dövrdə bağlanma tərzləri yeniyetmənin şəxsiyyətinin formalaşmasında əsaslı rol oynayır və yeniyetmənin davranışlarında müxtəlif dəyişikliklərə təsir göstərərək özünü biruzə verir və bu araşdırılan mövzunu kifayət qədər aktual edir.

Mövzunun işlənmə səviyyəsi : Mövzu ilə bağlı mənbələrə nəzər yetirdikdə , yeniyetməlik dövründə bağlanma tərzlərinin onların təşviş və qəzəb ifadə etmə üzərində təsiri problemi istiqamətində bir çox ölkələrdə tədqiqatların aparıldığı görülür. Apardığım araşdırmaya əsasən yeniyetməlik dövrünün inkişafı ilə bağlı əsaslı bir çox tədqiqatlar

aparılmışdır. Bunu nəzərə alaraq Azərbaycan Respublikasında yeniyetməlik dövrü ilə bağlı Ə.Ə.Əlizadə , M.Ə.Həmzəyev, R.Cabbarov , Ə.S. Bayramovun araşdırmaları olmuşdur. Azərbaycanda aparılan tədqiqat işlərindən Rəşid Cabbarovun Yeniyetmələrdə özünü dərk etmə prosesinin psixoloji təhlili, Şükufə Xankişiyevanın Yeniyetmələrdə idrak fəallığının inkişafının psixoloji xüsusiyyətləri , Təhminə Rəsulzadənin Valideyn himayəsindən məhrum olmuş uşaq və yeniyetmələrin psixoloji problemləri vəs qeyd etmək olar.

Xarici ölkə psixologiyasında yeniyetməlik dövrü bağlı geniş tədqiqat işləri mövcuddur. Türkiyədə aparılan tədqiqat işlərindən Arifə Nilay İslamoğlunun Yeniyetməlik dövründə bağlanma anlayışının ana və uşaq arasındakı əlaqəyə təsirinin araşdırılması , Dr. Öğr. Üyesi Özlem Altunsu Sönmezin Bağlanma üslublarının yeniyetməlikdə sosial emosional öyrənmə bacarıqlarına təsiri. , Türkan Onurun Yeniyetmələrdə bağlanma üslubları ilə sosial narahatlıq arasındakı əlaqənin araşdırılması, Ayşegül Aracının Erkən yeniyetməlik dövründə valideynlərə və dostlara bağlılığın aqressiya səviyyəsinin araşdırılması. , Gülin Yazıcı Çelebinin Yeniyetmələrdə sosial təşviş və bağlanma üslubları arasındakı əlaqənin incələnməsi, Şirin Erdem Özyurtun Yeniyetməlikdə qəbul edilən emosional zorakılıq və bağlanma arasındakı əlaqənin araşdırılması , Özlem Karakuşun Yeniyetmələrdə bağlanma üslubları ilə təklük arasındakı əlaqə, Yasemin Eriş. F. Ebru İkizin Yeniyetmələrin özünə hörmət və sosial narahatlıq səviyyələri arasındakı əlaqə və fərdi dəyişənlərin təsiri. , Dr. Senem Turan Akdağın Yeniyetmələrin bağlanma üslubları ilə valideynlərinin bağlanma tərzləri arasındakı əlaqə vəs qeyd etmək olar.

Tədqiqatın obyektı : Tədqiqatın obyektı olaraq 14-17 yaşlı (9-11 ci sinif) 90 iştirakçının (30 şagird - 9-cu sinif, 30 şagird-10-cu sinif, 30 şagird- 11-ci sinif) yeniyetmələrin bağlanma tərzlərində yaranan psixoloji problemlərinin araşdırılması əsas götürülür.

Tədqiqatın predmeti : Yeniyetməlik dövrü zamanı müşahidə olunan təşviş və qəzəbin şagirdlərin bağlanma tərzlərində müşahidə olunan psixoloji problem kimi araşdırılması.

Tədqiqatın məqsədi : Tədqiqat işinin məqsədi yeniyetmələrdə bağlanma tərzləri araşdırılaraq, bağlanma tərzləri ilə qəzəb və təşviş arasındakı əlaqəni müəyyənləşdirmək və şagirdlərdə bağlanma tərzində yaranmış problemləri aradan qaldırmaq yollarını araşdırmaqdan ibarətdir.

Tədqiqatın fərziyyəsi :

Əsas fərziyyə

- Güvənli bağlanma tərzli olan yeniyetmələrdə güvənsiz bağlanma tərzli olan yeniyetmələrlə müqayisədə təşviş və qəzəb müşahidə edilmir

Köməkçi fərziyyə

- Yeniyetmələrdə uğur göstəricisi artdıqca təşviş azalır.
- Yeniyetmələrdə uğur göstəricisi artdıqca qəzəb azalır.

Tədqiqatın vəzifələri : Qarşıya qoyulmuş məqsədin reallaşması üçün aşağıdakı vəzifələr yerinə yetirilmişdir:

1. Mövzu ilə bağlı mövcud olan ədəbiyyatın araşdırılmış, təhlili edilmiş, problemin nəzəri əsaslarının müəyyənləşdirilmişdir.
2. Yeniyetməlik dövrü və bağlılıq anlayışları araşdırılmışdır.
3. Yeniyetmələrdə bağlanma tərzlərinə təşviş və qəzəbin təsiri araşdırılmışdır.
4. Bağlanma tərzlərinin və yeniyetməlik dövründə bağlanmanın psixoloji məsələləri araşdırılmışdır.

Tədqiqatın gedişində istifadə olunan metodikalar.

1. Hamiltonun təşviş reytingi cədvəli (HARS).
2. Agresiyanın ölçülməsi üçün A.Bass və A.Darkı aqressiyanın göstəriciləri və formalarının diaqnostikasının metodikası istifadə olunmuşdur. A.K.Osnitski tərəfindən uyğunlaşdırılmışdır.
3. Sosial demoqrafik anket.
4. Digər anketim 1994-cü ildə Griffin və Bartholomew tərəfindən hazırlanmış və Sümer və Güngör (1999) tərəfindən türk dilinə uyğunlaşdırılan Münasibətlər Sorğusu anketi.

Tədqiqatın nəzəri əhəmiyyəti. Yeniyetmələrdə bağlanma tərzlərinin müsbət istiqamətdə inkişaf etdirilməsi və yeniyetmələrin psixoloji və fizioloji sağlamlığı üçün gələcəkdə bu istiqamətdə aparılacaq tədqiqat işləri üçün əsaslı rol oynayır. Yeniyetməlik dövrünün inkişafı olduqca mürəkkəb proseslərdən biri olduğuna görə əldə olunmuş nəzəri müddəalar ümumi psixologiya, ailə psixologiyası sahəsi üzrə təhsil alan tələbələrin, o cümlədən bu sahə ilə maraqlanan hər bir kəs üçün yeni elmi biliklərlə zəngindir.

Tədqiqatın praktiki əhəmiyyəti. Bağlanma nəzəriyyəsinə əsaslanaraq yeniyetmələrdə təşviş və qəzəb ifadə etmək problemlərinin görülmə sıklığını müəyyənləşdirmək və köməyə nə qədər ehtiyacları olduğunu müəyyən etməkdən ibarətdir. Araşdırmanın nəticələri valideynlərə, ailə və yeniyetmə ilə çalışan mütəxəssislərə və praktik psixoloqlara istiqamət verəcəyi düşünülür.

Tədqiqatın elmi yeniliyi. Azərbaycanda magistrələr arasındakı müdafiyyə olunmuş dissertasiya işlərində yeniyetmələrdə bağlanma tərzlərinin qəzəb və təşviş arasındakı əlaqəsi ilə bağlı aparılmış tədqiqat işinə rast gəlinməmişdir. Məhz buna görə də aparılan tədqiqat işi praktik psixoloqlar, yeniyetmələrlə çalışan psixoloqların işlərində faydalı olacağı düşünülür və bu

baxımdan dissertasiya işimiz yeniyetmələrdə müşahidə olunan bağlanma tərzlərinin təşviş və qəzəb arasındakı əlaqənin öyrənilməsində , tədqiq edilməsində , araşdırılmasında uğurlu nəticələr əldə etməyimizə faydalı ola bilər.

Tədqiqat işinin aprobasiyası : Tədqiqat işi Bakı şəhəri Xətai rayonu Rövşən Əliyev adına 254 №-li tam orta məktəbdə aparılmışdır. Eyni zamanda tədqiqat işinə aid elmi məqalə Bakı Dövlət Universiteti psixologiya jurnalında dərc olunmuşdur.

Dissertasiyanın strukturu: Dissertasiya işi giriş, üç fəsil, nəticə və istifadə olunmuş ədəbiyyat siyahısından ibarətdir.

I. FƏSİL. ƏDƏBİYYAT XÜLASƏSİ

1.1. Bağlanma nəzəriyyəsinin tarixi və ona təsir edən faktorlar

Bağlanma sözünün əsası 13-cü əsrə gedib çıxır və bağ sözünün mənası bir vəzifəyə bağlılıq kimi müəyyən edilir. Ana-uşaq münasibəti terminini ilk dəfə fransız yazıçı irəli sürmüşdür. O, bağlılıq haqqında yazılarında ana məhəbbətini xüsusilə vurğulamışdır (Alagöz,2019). Uşaq və onun valideyini arasında qurulan bağ əlaqəsi bağlama adlanır. Bağlanma dedikdə, ana ilə uşaq arasındakı münasibət, valideyn uşaq arasındakı münasibət və ya ilkin baxıcı ilə uşaq arasındakı münasibət nəzərdə tutulur (Güvəndəğər,2016). Xüsusilə, bağlılıq sosiallaşma mərhələsinin əsas komponentini təşkil edir və kiçik yaşdakı insanın həyatının sonrakı illərində qurduğu münasibətləri güvənli mühitində inkişaf etdirməsi üçün çox vacibdir. Bağlanma nəzəriyyəsi psixoanalitik və psixiatr John Bowlby tərəfindən hazırlanmışdır. Onun bağlanma nəzəriyyəsi ilə bağlı konseptual fikirlərini izah etdiyi Bağlanma və İtirmə kitabı böyük maraq doğurmuşdur. O, etologiya və psixoanalitik nəzəriyyə anlayışlarından istifadə edərək bir insanı digərinə bağlayan bağı ifadə etməyə çalışmışdır. Bowlby bağlılığı insanlar arasında davamlı psixoloji bağlılıq, insanların maraqlandıqları insanlara qarşı inkişaf etdirdikləri güclü emosional bağlar və bir insanın qorxduğu, yorulduğu və ya xəstə olduğu zaman bir fiqurla münasibət qurmaq və ya yaxınlıq axtarmaq üçün güclü istək olaraq təyin etmişdir. Bowlby uşaqlıq dövründə yaranan emosional problemlərin fərdlərin ailə prosesləri ilə bağlı olduğunu düşünürdü. İlk olaraq adaptasiya problemləri olan uşaqlar üzərində müşahidələr apararaq araşdırmaya başladı və bağlanma ilə bağlı bu araşdırmalarda, baxım verənə etibarlı bağlanmanın heyatının sonrakı illərində yaxın münasibətlər üzərində təsirinin əhəmiyyətini vurğulandı (Alagöz, 2019). Bowlby nəzəriyyəsinin əsas prinsiplərini yaradarkən psixoanaliz, inkişaf psixologiyası, məlumatların işlənməsi müddəti, kibernetika və etiologiyadan faydalanmışdır. Etioloji tədqiqatlarda Lorenzin ördək balası və qaz balaları ilə apardığı araşdırmalarda, körpə ilə baxıcı arasında qida olmasa belə bir bağı yarana biləcəyini və Horlovun meymunlarla apardığı araşdırmada isə körpə meymunların onlara yemək verməsələr də yumşaq tüklü olanlara üstünlük verdiklərini göstərdi və nəticə etibarlı ilə qida olmasa belə bir bağı yarana biləcəyini göstərdi. Bu Bowlbyin fikirlərini möhkəmləndirmək üçün güclü əsasdır (Arife,2018). Bowlbyin fikrincə, araşdırmalarında müəyyən etdiyi uşaqların əsas problemi, həyatlarının ilk illərində ana fiquruna qarşı həqiqi bir bağlılıq əlaqəsi qura bilmədiklərinə görə ümumiyyətlə sevməyi bacara bilməmələridir. O xüsusilə bağlılıq qurduqları insandan ayrılan uşaqların reaksiyalarını araşdırırdı. Qeyd edirdiki bəzi uşaqlar bu ayrılığın öhdəsindən yaxşı gəldiyi halda, bəzi uşaqlar ağlayaraq, əsəbiləşərək və ya laqeydliklə reaksiya verirlər. Müəssisələrdə olan uşaqlar işçilər tərəfindən qidalandırılırsada, baxım

görmələrinə rəğmən narahat olmaları onun psixoanalitik nəzəriyyəyə tənqidini artırdı. Çünki psixoanalitik nəzəriyyə qeyd edir ki uşaqlar analarını ona görə sevir ki, onunla aclıq instinktinə doyduurlar məhz buna anaları ilə aralarında bağ var. Bütün bunlardan sonra o bağlılıq nəzəriyyəsini irəli sürdü. Körpənin doğulduğu andan etibarən qorunması və həyatı və ya emosional ehtiyaclarının qarşılınması ehtiyacı daha güclü bir yetkinlik ehtiyacı yaradır. Ümumiyyətlə, söz mövzusu yetkin, körpəni dünyaya gətirən və ehtiyaclarını ödəyərək ona qulluq edən anadır. Bowlbinin bütün nəzəri təcrübələrinin inkişafına əhəmiyyətli eksperimental töhfələr verən şəxs onun köməkçilərindən biri Mary Ainsworth idi. Bu eksperimental cəhd günümüzdə bağlanma nəzəriyyəsinə əsaslanan istiqamətlərin təməlini təşkil edir. Ainsworthun nəzəriyyənin irəliləməsinə ən mühüm töhfəsi ondan ibarət idi ki körpələrin səkkizinci aydan başlayaraq analarını ətraf mühiti araşdırmaq və tanımaq üçün sığınacaq və ya təhlükəsiz, güvən verən əsas kimi dərk etmələri idi (Akdağ,2011). Ainsworth tərəfindən hazırlanmış körpələrdə üç ayrı bağlanma nümunəsi təklifi nəzəriyyənin inkişafının əsas zəminlərindən biri oldu. Bu mühüm təklifə görə hələ bağlanmamış körpələr ilə, güvənli bağlanan körpələr və güvensiz bağlanan körpələr bir-birindən fərqlidirlər. Təkamül nöqtəyi-nəzərindən baxsaq körpənin ona baxacaq birisi olmadığı halda ölmə ehtimalının olduğunu nəzərə alsaq, yaxın bir emosional əlaqənin inkişafı körpənin qida ehtiyaclarının qarşılınması və sağ qalma ehtimalının artması baxımından əhəmiyyətlidir. Baxım və yaxınlığın davamlılığını qorumaq bağlanma sisteminin əsas məqsədidir (Alagöz, 2019). Ainswortha görə, körpə ilə ana arasında güvənli bir əlaqənin inkişafına təsir edən bir çox amillər var. Körpənin anadangəlmə xüsusiyyətləri bağlılığa təsir edən mühüm faktor olsa da, körpə ilə ana arasındakı əlaqə ananın yetişkin və güclü olmasından dolayı daha çox ananın xüsusiyyətləri ilə formalaşır. Ana əlaqənin açarıdır. Bağlanma əlaqəsi yalnız ana modelindən ötürülən isti münasibətlə baş verir. Əgər ana öz anası və atası ilə səmimi və sevgi dolu bir əlaqə qurubsa, bu, onun övladı ilə olan bağına və evliliyində də görünür. Bundan əlavə, ilk altı ayda ana südü ilə qidalanma körpənin duyğularının və anaya bağlanmasında çox mühüm rol oynayır. Körpə əmizdirmə zamanı ananın qucağında özünü təhlükəsiz hiss edir. Ana ilə körpə arasındakı dəri təması güvənli bağlanmanın formalaşmasına töhfə verdiyini Troy vurğulayaraq, ananın körpəsini çılpaq olaraq qucaqlaması ilə güvənli bağlanma arasında müsbət bir əlaqə ola biləcəyini irəli sürdü. Bu səbəbdən körpənin doğuşdan dərhal sonra ana ilə bədən təmasının vacib olduğunu vurğuladı. Bundan əlavə, valideynlərin körpəni qucağa almaq, onunla oynamaq, qidalandırmaq, yatmaq və sakitləşdirmə tələblərinin ana-ata tərəfindən yerinə yetirilməsi körpədə güvənli bağlanmanın inkişafına kömək edir. Bağlılığa təsir edən başqa bir amil ananın doğuşdan sonrakı depressiya yaşayıb yaşamamasıdır. Cənubi Afrikada 98 ana-körpə ikilisi üzərində aparılan bağlanma

araşdırmasında ananın doğuşdan sonrakı depressiyası yaşaması ana körpə arasında bağlanma etibarsızlığı arasında güclü bir əlaqə ortaya çıxdı (Mubarique,2016). Yeniyetmələrdə bağlılığa təsir edən cins, yaş, şəxsiyyət xüsusiyyətləri, qavranılan valideyn münasibətləri, özünə inam qavrayışı, psixoloji rifah və sosial mühit kimi amillər var. Bu baxımdan bağlılığı yalnız bir dəyişənə əsas götürərək izah etmək düzgün olmazdı. Fərdin bağlılığı çoxşaxəli sosial və psixoloji kontekstlərin məhsulu kimi meydana çıxır. Mövzu ilə bağlı araşdırmalarda cins və yaş kimi dəyişənlərin bağlanmaya təsir etdiyinə dair məlumatlar var. Bundan əlavə, psixoloji rifah və qəbul edilən valideyn münasibəti kimi dəyişənlər fərdlərin bağlanma xüsusiyyətlərini izah edən mühüm amillərdəndir. Valideynlərin münasibətinin müsbət olması və fərdi dəstəkləməsi zaman bağlanma etibarlı şəkildə baş verir, mənfi valideyn münasibətləri isə fərdin bağlanma tərzlərinin həm uşaqlıq, həm də yeniyetməlik dövründə mənfi inkişafına səbəb ola bilər (Onur, 2023). Ana və körpə arasında etibarlı bir əlaqə yaratmaq təkcə ananın psixoloji xüsusiyyətləri ilə məhdudlaşmır, həm də ananın yoldaşı ilə münasibəti, emosional və instrumental dəstək ala biləcəyi, sosial amillərin olub-olmaması bu həm də ana-körpə münasibətlərinin təhlükəsiz olub-olmaması ilə bağlıdır. Bu amillər körpəyə göstərilən qayğının keyfiyyətinə birbaşa təsir göstərir. Baxmayaraq ki, bağlanma fiquru çox vaxt ana və körpə olsada , körpənin ata ilə təhlükəsiz bağlılıq münasibətlərinin inkişafı da böyük əhəmiyyət kəsb edir. Ata-körpə bağlılığında bağlanma tərzı və əlaqəsi anadan asılı olaraq dəyişir. Əgər hər iki valideyn körpə ilə etibarlı münasibət qurursa körpənin həm anaya, həm də ataya etibarlı bağlanması inkişaf edə bilər. Ata ilə bağlı faktorlara baxıldığında uşağın qayğısına qalmaqda yaxından iştirak edən ata da övladının həyatına daha çox toxunuş edir (Aracı,2012). Bağlanma dedikdə, ana ilə uşaq arasındakı münasibət, valideyn uşaq arasındakı münasibət və ya ilkin baxıcı ilə uşaq arasındakı münasibət nəzərdə tutulur. Xüsusilə, bağlılıq sosiallaşma mərhələsinin əsas komponentini təşkil edir və kiçik yaşdakı insanın həyatının sonrakı illərində qurduğu münasibətləri güvənli mühitində inkişaf etdirməsi üçün çox vacibdir. Bağlılığı insanlar arasında davamlı psixoloji bağlılıq, insanların maraqlandıqları insanlara qarşı inkişaf etdirdikləri güclü emosional bağlar və bir insanın qorxduğu, yorulduğu və ya xəstə olduğu zaman bir fiqurla münasibət qurmaq və ya yaxınlıq axtarmaq üçün güclü istək olaraq qeyd edilmişdir. Ana və körpə arasında etibarlı bir əlaqə yaratmaq təkcə ananın psixoloji xüsusiyyətləri ilə məhdudlaşmır, həm də ananın yoldaşı ilə münasibəti, emosional və instrumental dəstək ala biləcəyi sosial amillərin olub-olmaması bu həm də ana-körpə münasibətlərinin təhlükəsiz olub-olmaması ilə bağlıdır. Ana əlaqənin açarıdır. Bağlanma əlaqəsi yalnız ana modelindən ötürülən isti münasibətlə baş verir.

1.1.1 Bağlanma modelləri

Bowlby tərəfindən müəyyən edilmiş bağlanma nəzəriyyəsi Ainsworth və onun dostları tərəfindən inkişaf etdirilmişdir. O yad situasiya təcrübəsi ilə fərqli bağlanma tərzlərindən bəhs edərək güvənli , güvənsiz : narahat – qərarlı və qaçınan bağlanma nümunələrini qiymətləndirdi və uşağın rahatlığını təmin edərək və güvən hissi aşılayarkən baxıcıların fərqli reaksiyaları ilə fərqli bağlanma tərzlərini yaşanacağını ifadə etdi (Keskin,2009). Bağlanma nəzəriyyəsi dedikdə John Bowlby və Mary Ainsworth yaddaşda canlanır. Onun istifadə etdiyi yenilikçi metodologiya ilə Bowlbinin bəzi fikirlərini nəinki empirik şəkildə sınaqdan keçirdi, həm də nəzəriyyənin genişlənməsinə töhfə verdi. O nəzəriyyəsini sisteməlik şəkildə sınaqdan keçirən ilk şəxs idi. Bowlbinin nəzəriyyəsinə davranış ölçüsünü əlavə etməklə, o nəzəriyyənin statistik olaraq ölçülə bilən olmasına və beləliklə, elmi etibarlılıq qazanmasına imkan verdi. O, körpənin dünyanı kəşf etmək üçün təhlükəsiz əsas kimi gördüyü bağlanma fiqur anlayışını təqdim etdi və körpənin reaksiyalarına ananın həssaslığını və bu həssaslığın ana-körpə bağlılıq tərzlərinin formalaşmasında rolunu izah etdi. O və onun həmkarları güvənli bağlanma ilə güvənsiz bağlanma arasındakı fərqləri aşkar etmək üçün yad situasiya kimi tanınan eksperimental tədqiqatları ilə ilk dəfə laboratoriya mühitində Bowlbinin nəzəriyyəsini sınaqdan keçirdilər . Bu araşdırmada 12-18 aylıq uşaqlar müşahidə edildi. Analar və uşaqlar ilk olaraq rahat laboratoriya mühitinə aparıldı. Bu araşdırmada uşaqlar qısa aralıqlarla analarından ayrılmış, daha sonra yad bir insanla tək qoyulmuş, sonra anaları ilə bir araya gətirilmişdir. Uşaqlar ilk dəfə olduqları bir mühitdə analarından ayrıldıqda, yenidən bir araya gəldiklərində və yad bir insanla tək qaldıqlarında necə reaksiya verəcəkləri araşdırılmışdır. Bu araşdırma nəticəsində Ainsworth və həmkarları körpəlik və uşaqlıq üçün üç növ bağlanma tərzini olduğunu ortaya qoydular (Gazioğlu,2015). Ainsworth bağlanmanı güvənli və güvənsiz iki yerə ayırır. O, güvənsiz bağlılığı da iki qrupa ayırır narahat-qərarlı və qaçınan (Lamiser,2013). Yad situasiya təcrübəsinin nəticələrinə əsasən, Ainsworth bağlılığı üç əsas tərzdə müzakirə etdi. Güvənli bağlanma tərzini: Bu tərzə bağlı olan uşaqlar baxıcı yanlarında olduqda ətraf mühiti könüllü olaraq araşdırırlar. Onlar baxıcının yoxluğunda çox narahat olmadılar və qayıdarkən yaxın təmasda olmaq istədilər. Onlar təmas əsnasında heç bir qəzəb əlaməti göstərməyib, sakitləşib və ətrafı tədqiq etməyə davam ediblər (Arife, 2018). Güvənli bağlılığı olan uşaqlar həmişə analarının onların yanında olacaqlarına və stress anlarında onlara kömək edəcəklərinə əmin olan uşaqlardır. Ana gedəndə reaksiya verməklərinə baxmayaraq anaları qayıdanda asanlıqla sakitləşirlər. Güvənli bağlılığı inkişaf etdirmək üçün uşağın fasiləsiz, tutarlı reaksiya verən , həssas və hər zaman əlçatan baxıcısı olmalıdır. Ömrünün ilk üç ilində valideynlərinə güvənsiz bağlanan uşaqların məktəbəqədər dövrdə problem həllətmə mövzusunda güvənli

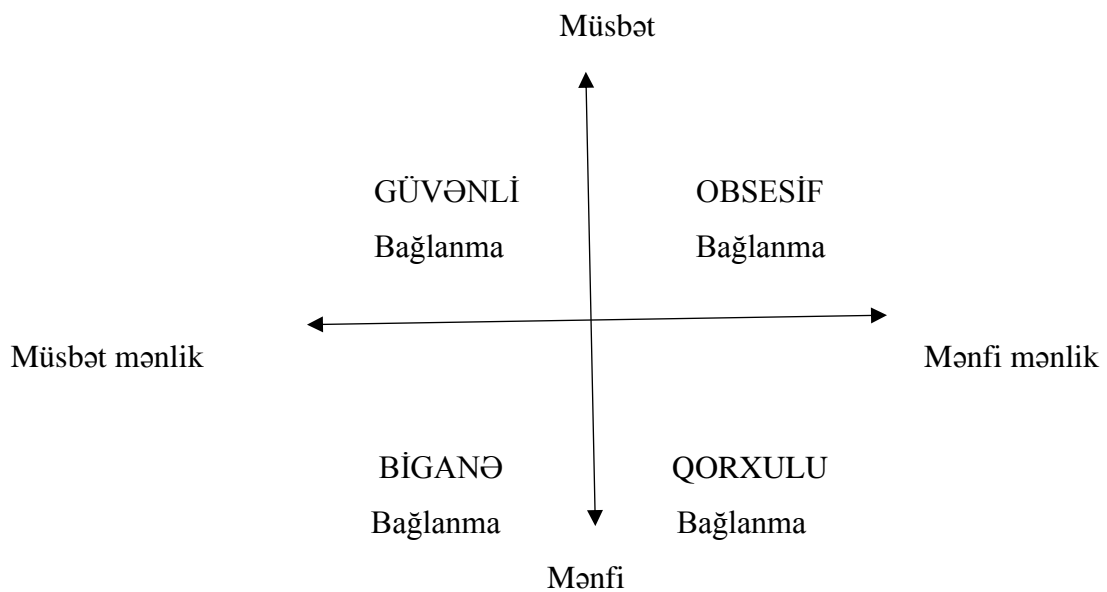
bağlanma inkişaf edən uşaqlara görə daha problemlı bir dövr yaşadıqları görülmüşdür. Güvənli bağlanma inkişaf etdirən uşaqların yaşdılarına görə sosial bacarıqlarının yüksək , müsbət emosiyalarının ,mənfi emosiyalarına görə daha çox olduđu , yetişkinlərlə işbirliyi və uyğunluq içərisində olduqlarını bildirmişdir. Güvənsiz bağlılıq inkişaf etdirən uşaqlar sosial izolyasiyaya meyli, həmyaşdılarına və müəllimlərinə qarşı qəzəbli, narahat, əsəbi, aqressiv, uyğunlaşmayan, depressiya yönəlik, təxəyyül tələb edən oyunlarda uğursuz olduqları və üzərinə düşən vəzifələri yerinə yetirə bilmədikləri müşahidə edilmişdir (Keskin, 2009). Narahat-qərarlısız bağlanma tərzi olan uşaqlar ətraf mühiti araşdırmaq üçün çox həvəs göstərmirlər. Tərbiyəçi ətrafı tərkdikdən sonra narahat oldular və baxıcı geri qayıtdıqda asanlıqla sakitləşə bilmədilər. Onlar baxıcıları ilə yaxından əlaqə saxlamaq istəsələr də, qəzəblərini ortaya qoyan sərt reaksiyalar veriblər (Arife,2018). Bu tərzi bağlı olan uşaqlar çağırıldıqlarında ananın cavab verəcəyindən ya da kömək edəcəyindən əmin olmayan uşaqlardır. Məhz buna görə də ayrılığa dirənirlər ana geri qayıtdıqda belə sakitləşmirlər (Keskin,2009). Qaçınan bağlanma tərzi olan uşaqlar baxıcının yoxluğunda çox stress yaşamasalar da, baxıcı geri qayıdanda yaxın əlaqəni rədd etdilər. Baxıcı qayıtdıqdan sonra baxıcıdan uzaqlaşaraq ətraf mühitin maraqlanmağa davam etdilər (Mubarique,2016). Qaçınan bağlanma tərzi olan uşaqların ayrılıqdan çox da təsirlənmədiyi, birləşdikdən sonra anaları ilə yaxın təmasdan qaçaraq diqqətlərini oyuncaqlara yönəlddikləri müşahidə edilmişdir (Alagöz,2019). Qaçınan bağlanma tərzi olan uşaqlar isə analarının yardım edəcəyi ilə bağlı heç güvəni olmayan uşaqlardır. Daima uşağını geri çevirən ya da rədd edən , onlara uyğun reaksiya verməyən , empatiya qurmayan anaları olan bu uşaqlar ayrılığa reaksiya bildirmədən ,ana geri qayıdanda yaxın münasibət qurmağa meyli olmayan uşaqlardır. Ətraflarına güvənə bilmədikləri üçün ümumiyyətlə insanları kontrol altına alma cəhdində olduqları və qəzəblərini bir başa ifadə edə bilmədikləri , öz dəyər duyğusunun davam etdirə bilmədikləri müəyyənləşdirilmişdir. Belə uşaqlarda mənlik problemləri yaşana bilir (Keskin,2009). Ainsworth və başqaları bu bağlılıq tərzləri olan uşaqların analarını müzakirə edərək aşağıdakı nəticələrə gəliblər:

- Güvənli bağlanmış uşaqların anaları həssas və uşaqlarının tələblərinə qarşılayan analardır.
- Narahat-qərarlısız bağlılığı olan uşaqların anaları bir-birinə zidd olan, uşaqlarının aktiv fəaliyyətlərini kəsən və lazımsız müdaxilələr edən analardır.
- Qaçınan bağlılığı olan uşaqların anaları soyuqqanlı olur, yaxınlıq qurmaqdan imtina edir, yaxın təmasdan uzaq dururlar (Arife,2018).

Hazan və Shaver böyüklərin sevgi münasibətlərində göstərdiyi duyğular və davranışlardakı fərqləri araşdıraraq, Ainsworthun işinə əsaslanan üçlü bağlanma modelini yaratdılar və bu bağlanma tərzlərinin bənzər olduğunu qeyd etdilər:

Güvənli bağlanma təzi olan insanlar əlaqələrində güvənli , xoşbəxt və yoldaşlarının səhvlərini rahatlıqla qəbul edir. Narahat / qərarlı bağlanma təzi: Bu təzə bağlı olan insanlar özlərindən şübhə duyan , başqalarını özləri ilə yaxınlıq qurmada istəksiz olaraq görən , əlaqələri ilə takıntılı və qısqanc olduqları, daima emosional eniş-yoxuş yaşadıkları görülmüşdür. Qaçınan bağlanma təzi : Bu təzə bağlı olan böyüklər, başqaları ilə asanlıqla əlaqə qura bilməyəcəklərini, başqalarına etibar edə bilməyəcəklərini və bağlanma problemi yaşadıklarını bildirirlər. Yaxınlıqdan qorxduqları üçün bundan qaçır (Morsunbil,2011). Bağlanma təzələri ilə bağlı öz fikrini irəli sürən Bartholomew ve Horowitz dördlü bağlanma modelini irəli sürmüşdür. Onlar özünün və başqalarının modellərini əlavə edərək, bağlanma üslublarının bu üç təsnifatını inkişaf etdirdilər. Bu aşağıdakı təsvirə görə, müsbət və mənfi qütblərdə müəyyən edilmiş zehni modellərin qovşağında bağlanma üslublarını müəyyən etdilər. Müsbət mənlik modeli olan fərdlər müstəqildirlər, özünə inamı və xoş hissləri var. Mənfi mənlik modelinə malik insanlar, özünə hörməti aşağı olan və müstəqil hərəkət edə bilməyən, hər zaman başqalarından razılıq axtaran insanlardır. Digərləri modeli müsbət olan insanlar digərlərinin əl çatan və güvənilə bilən olduğunu düşünən və lazım olduqda yaxınlıq və dəstək görməyə yönələn şəxslərdir. Digərləri modeli mənfi olan insanlar başqaları ilə yaxınlıq qurmayan, dəstək almağa biganə yanaşan, münasibətlərində mənfi gözləntiləri olan fərdlərdir.

Bartholomew ve Horowitz'in dördlü bağlanma modelinin təsviri



Güvənli bağlanma tərzi narahatlıq və yaxınlıqdan qaçma səviyyəsinin aşağı olması ilə əlaqələndirilir. Bu insanlar münasibətlərdə özlərini təhlükəsiz və rahat hiss edirlər. Özlərinə inamları və hörmətləri yüksəkdir (Özdemir,2016). İkitərəfli münasibətlərdə yaxın, lakin müstəqil rol oynayırlar. Bu insanlar balanslı münasibətlər yaşayırlar. Stressə davamlıdırlar və stress zamanı ailə və dostlarından dəstək alırlar. Obsesif bağlanma tərzi daim başqalarından razılıq axtarırlar. Valideynlərindən qeyri-sabit və həssas davranışlar görən onlarda yüksək dərəcədə qaçınma və dəyərsizlik hissləri var. Onlar yaxın münasibətlər qurmaq istəsələr də, çox yaxın olmaq cəhdləri səbəbindən tənha qalırlar. Başqaları ilə münasibətlərində qeyri-sabit və həddindən artıq emosiyalar nümayiş etdirirlər. Onların emosiyalarını nümayiş etdirmə səviyyəsi, ağlama tezliyi, etibar səviyyəsi yüksəkdir. Dostluq münasibətlərində balanssız bir rol oynayırlar. Stress və problemlərlə mübarizədə zəifdirlər. Biganə bağlanma tərzi olan insanlar münasibətlərdə özlərini dəyərlı, başqalarını isə dəyərsiz gördükləri üçün yaxın əlaqələr qurmaqdan çəkinirlər. Onlar yaxın münasibətlərin zəruriliyini inkar edirlər. Yüksək özgüvənləri ilə diqqət çəkirlər. Asılı olmamağa çox üstünlük verirlər (Özdemir,2013). Başqalarına ehtiyac duymurlar və yaxın münasibətlər qurmaqdan çəkinirlər. Bu sadəcə sosial münasibətlərində deyil, iş həyatında və hobilərində də özünü göstərir. Qorxulu bağlanma tərzinə sahib insanlar özlərini dəyərsiz, başqalarını isə etibarsız görürlər. Bu insanlar yüksək tərks etmə narahatlığına malikdirlər və yaxın əlaqələrdən qaçırlar. Bu son iki kateqoriya körpələrdə qaçınan bağlanma kateqoriyasına daxildir. Bağlanma tərzləri bağlılıq sosiallaşma mərhələsinin əsas komponentini təşkil edir və kiçik yaşdakı insanın həyatının sonrakı illərində qurduğu münasibətləri güvənli mühitində inkişaf etdirməsi üçün çox vacibdir. Güvənli bağlanma inkişaf etdirən uşaqların yaşlılarına görə sosial bacarıqlarının yüksək , müsbət emosiyalarının ,menfi emosiyalarına görə daha çox olduğu , yetişkinlərlə işbirliyi və uyğunluq içərisində olduqlarını bildirmişdir. Güvənsiz bağlılıq inkişaf etdirən uşaqlar sosial izolyasiyaya meyilli, həmyaşıdlarına və müəllimlərinə qarşı qəzəbli, narahat, əsəbi, aqressiv, uyğunlaşmayan, depressiya yönəlik, təxəyyül tələb edən oyunlarda uğursuz olduqları və üzərinə düşən vəzifələri yerinə yetirə bilmədikləri müşahidə edilib (Özdemir,2016).

1.1.2. Yeniyetməlik dövründə bağlanma və bununla bağlı edilən araşdırmalar

Yeniyetməlik fərdin uşaqlığı tərks edərək yetkinliyə hazırlaşdığı dövrüdür. Yeniyetməlik dövründə fərd bir çox fiziki, sosial və idrak dəyişikliklərindən keçir və problemlər yaşayır. Bu dövrü rahat keçmək uşaqlıq dövrü ilə sıx bağlıdır. Uşaqlıq dövründə valideynlərlə qurulan əlaqənin keyfiyyəti və yeniyetməlik dövründə həmyaşıdları münasibətləri mühüm rol oynayır. Valideynlərlə güvənli bağlanma quran yeniyetmələr yeni problemlərin öhdəsindən asanlıqla gələ bilirlər. Öhdəliklərin artması ilə yeniyetməlikdə bağlanma davranışları körpəliyə nəzərən

daha az görülür. Yeniyetmələr bu dövrdə daha çox dostlarına yönəlməyə başlayırlar. Ancaq bu, valideynlərə bağlanma davranışının tərək etdiyi mənasına gəlməsə də, bu dövrdə bağlanma davranışları bir başa fiziki yaxınlıq axtarmaqdan çox ehtiac hiss etdiyində bağlanma fiquru ilə duyğuları, narahatlıqları və qorxuları paylaşmaq tərzində ortaya çıxır. Erkən bağlanma münasibətlərinin yeniyetmə üzərində qalıcı və güclü təsirə malikdir (Karakuş,2012). Yeniyetmələrin məntiqi və mücərrəd təfəkkür qabiliyyətləri sürətlə artdıqca, fərdin bağlanma təcrübələrini və bağlanma münasibətlərini konseptuallaşdırma tərzı, xüsusən də yeniyetməlik dövründə əhəmiyyətli inkişaf göstərir. Valideyn fiquru ilə qurulan güvənli bağlanma əlaqəsi əsasında övlad ətraf mühiti kəşf etməyə başlayır (Erdem,2016). Yeniyetməlik, fiziki və psixoloji cəhətdən bir çox əsas dəyişikliklərin baş verdiyi bir dövrdür. Yeniyetməlik uşaqlıqdan yetkinliyə qədər metamorfoz dövrüdür. Yeniyetmələr bir şəxsiyyət tapmaq, fiziki dəyişiklikləri qəbul etmək, sağlam həyat vərdişlərinə yiyələnmək, ailədən ayrılmaq, əxlaqi qayda və dəyərləri yaratmaq, cəmiyyətin töhfə verən bir üzvü olmaq və peşə seçimi kimi inkişaf vəzifələri ilə mübarizə aparırlar. Yeniyetmənin özünü və həmyaşıdlarını tanıması, həmyaşıdlarının prizmasından özünü və dünyanı tanıması üçün yeniyetməlik dövründə həmyaşıdlar qrupunda olması, qrupa qəbul edilməsi və qrupa uyğunlaşması vacibdir. Yeniyetməlik dövründə yeniyetmə tədricən ailəsindən uzaqlaşır və dostları və ya həmyaşıdları ilə daha çox vaxt keçirməyə başlayır. Yaşadığı psixoloji problemləri həmyaşıdları ilə bölüşmək istəməsi ilə yanaşı, ailəsinin tənqid və müdaxilələrindən qaçmaq cəhdi yeniyetməni yaşıdları ilə bir araya gətirir. Yeniyetməlik dövründə valideynlərlə yeniyetmələr arasında münasibətlərin əhəmiyyəti azalmır, sadəcə olaraq, yeniyetmənin valideynlərindən asılılığı azalır. Gənclər öz müstəqilliklərinə nail olmağa çalışırlar, lakin onlar da bilmək istəyirlər ki, ehtiyac duyduqlarında valideynləri onların yanındadır və onlara dəstəkdir. Onlara görə valideynlərdən asılı olmamağın bir yolu bağlanma fiquru olaraq dostlara etibar etməkdir. Buna görə də, yeniyetməlik dövründə valideynlərdən müstəqil olmaq uğrunda mübarizədə güvən hissi dostlara bağlanma fiqurları kimi ötürülür və bu onlarda yetkin bağlılıq üslublarını inkişaf etdirməyə imkan verir (Lamiser,2013).Yeniyetməlik dövründə baş verən bir sıra dəyişikliklər arasında ən mühüm dəyişiklik bilişsəl dəyişiklikdir. Bu dövr irəlilədikcə yeniyetmələr konkret əməliyyat düşüncəsindən mücərrəd əməliyyat düşüncəsinə keçirlər. Mücərrəd düşünmə bacarığı, hadisələr haqqında müəyyən nəticə çıxarmaq və fikir irəli sürmə bacarıqlarını özündə ehtiva edən bilişsəl inkişaf mərhələsini ifadə etməkdədir. Digər tərəfdən, yeniyetməlik dövründə formalaşan bu idrak bacarıqları sayəsində yeniyetmələr bağlanma obyektləri ilə aralarındakı münasibətləri daha uğurla inkişaf etdirə bilirlər. Nəticədə, yeniyetmə valideyn münasibətlərində səhvləri, çatışmazlıqları və ya ziddiyyətləri tanıya bilir və onlarla qurduğu

bağlılıq münasibətlərinin xarakterini yenidən qiymətləndirə bilirlər. Bu yeniyetməlik dövründə ana və ata ilə qurulan bağlılıq münasibətlərinə digər fərdlərlə, xüsusən də həmyaşıdları ilə qurulan bağlılıq əlaqələri də əlavə olunur (Cacciopo, 2019). Valideynlə inkişaf etdirilən isti, məmnunedici münasibət yeniyetməyə öz yaşlıları ilə daha keyfiyyətli münasibət qurmağa və gələcəkdə emosional məmnuniyyət əldə etməyə imkan verir. Valideynlərlə güclü qurulan bağlılıq, həmyaşıdları ilə qurulan bağlanma ilə əlaqəlidir. Ancaq bu dövrdə qurulan hər yaxınlıq, güvən və dəstəyə əsaslanan hər əlaqə tam bir bağlılıq əlaqəsi kimi xarakterizə etmək olmaz, çünki xüsusilə bu dövrdə həmyaşıl münasibətləri sıx, lakin qısamüddətli ola bilər, hətta uzunmüddətli olsa da, əsas bağlılıq münasibətlərinin intensiv emosional keyfiyyətinə bərabər olmaya bilər. Bu səbəblərə görə, tədqiqatçılar uzunmüddətli yaxınlıq, etibar və dəstəyə əsaslanan əsas bağlanma fiqurlarını birincil bağlanma obyektləri, digər əlaqələri isə ikinci dərəcəli bağlanma obyektləri kimi müəyyənləşdirirlər. Buna görə həmyaşıdları yeniyetmələr üçün ikinci dərəcəli bağlanma obyektləri hesab etmək olar. Yeniyetməlik dövründə həmyaşıdları ilə qurulan bağlılıq münasibətləri əvvəlki dövrlərdə qurulanlardan mühüm bir fərqə malikdir o da qarşılıqlılıqdır. Bu dövrdə həmyaşıdları ilə güclü, sadə və təhlükəsiz münasibətlər qurulması yeniyetmənin müsbət inkişafına kömək edir, özünə hörmətini artırır, emosional və davranış problemlərinin yaranma ehtimalını azaldır (Akdağ,2011). Ana ilə qurulan müsbət münasibət yeniyetmədə aqressiv davranış, oğurluq, yalan danışma, maddə asılılığı kimi mənfi davranışlara qarşı qoruyucu rol oynayır. Bununla belə, ailələri ilə güclü emosional bağlar quran yeniyetmələrin zəif bağlar quran həmyaşıdları ilə müqayisədə ailə qaydalarını və nizam-intizamını daha çox qəbul etdikləri müşahidə edilmişdir. Həmçinin müəyyən edilmişdir ki, ailələri ilə möhkəm bağlanmış uşaqlar sosial cəhətdən daha bacarıqlıdırlar (Alagöz,2019). Yıldız universitet tələbələri bağlanma tərzləri ilə ayrı qalma narahatlığı arasındakı əlaqəni araşdırıb və 550 universitet tələbəsi üzərində araşdırma aparılıb. Anadan uzaqlaşib ətraf mühiti kəşf etmək uşağın inkişafında mühüm addımdır. Ancaq bu prosesi müsbət əsa bilməyən uşaqların yaşadıkları ayrılıq narahatlığının, həyatlarının sonrakı dövrlərində psixi sağlamlıqlarına mənfi təsir göstərən bir faktor olduğu arqumentinə əsaslanaraq, bu araşdırma bağlanma tərzləri ilə bu vəziyyət arasındakı əlaqəni müəyyən etməyə çalışdılar . Və araşdırma nəticəsində ayrılıq narahatlığı ilə bağlanma tərzləri arasında əhəmiyyətli bir əlaqə olduğu ortaya çıxdı. Məlum olub ki, ayrı qalma narahatlığı ilə cinsiyyət, müəllim dəyişikliyi, ailə quruluşu, travma, valideyn münasibəti, ictimai çıxış və ananın iş statusu arasında ciddi fərq var (Mubarique,2016). Qorxulu və güvənli bağlanma ilə cins arasında əhəmiyyətli bir fərq olduğu ilə bağlı Moss və digərləri tərəfindən aparılan uzun müddətli araşdırmada məktəbəqədər yaşlı uşaqların bağlanma tərzləri ilə davranış problemləri

arasındakı əlaqəni araşdırmışlar və nəticədə güvənsiz bağlanan uşaqların güvənli bağlanan uşaqlardan əhəmiyyətli dərəcədə daha çox davranış problemlərinin olduğu aşkar edilmişdir. Güvənli bağlanmış yeniyetmələr həmyaşdqları və valideynləri ilə ahəngdar və möhkəm münasibətlər qurduqları halda, etibarsız bağılığı olan yeniyetmələr öz münasibətlərində asılı münasibət nümayiş etdirirlər və onların valideynləri ilə münasibətlərində daha çox problemləmlərlə üzləşirlər (Arife,2018). Kobak və həmkarları öz araşdırmalarında müəyyənləşdirdilər ki, güvənli bağlanmış yeniyetmələr münasibətlərində öz emosiyalarını tənzimləməkdə və idarə etməkdə güvənsiz bağlananlara nisbətən daha uğurludurlar. Güvənli bağlanmış fərdlər həyatları boyu duyğuları anlamaqda, ifadə etməkdə və tənzimləməkdə uğurlu olduğu tədqiqatlar tərəfindən də dəstəklənir. Bununla belə, güvənsiz bağılığı olan fərdlərin ya öz emosiyalarını ifadə etməkdə , ya da duyğularını idarə edə bilməyəcəyi aşkar edilmişdir. Bağlanma nəzəriyyəsinə görə ailələri tərəfindən emosional dəstək və lazımi qayğı alan yeniyetmələr, güvən duyğusunu inkişaf etdirməklə, stresli mühitlərdən qorunmaq üçün mübarizə aparmaq bacarıqlarını inkişaf etdirməklə və potensiallarını ortaya qoyacaq davranışlar sərgiləməklə, emosional dəstək və lazımi qayğı almayan yaşdqlarına nisbətən daha müvəffəqiyyətli olurlar. Valideynlərə və dostlara bağılılıq və yeniyetmələrin psixoloji sağıamlığı və rifahı arasındakı əlaqələri 935 yeniyetmə üzərində aparılana araşdırmaya əsasən qız və oğlanların ailəyə bağılılıq baxımından bir-birindən fərqlənmədiyini aşkar etdilər (Özdemir,2013). Bununla belə, qızlarda valideynlərə bağılılığın oğlanlara nisbətən daha yüksək olduğunu, həmçinin oğlanlardan fərqli olaraq onların depressiya və narahatlıq səviyyələrinin daha yüksək olduğunu və rifah səviyyəsinin aşağı olduğunu müəyyən ediblər. Ümumiyyətlə, ailəyə güvənli bağılılığı olmayan yeniyetmələrin rifah səviyyəsi aşağıdır. Shaver və həmkarları bağlanma tərzlərinin fərdin şəxsiyyətinə təsirini araşdırdıqları 242 universitet tələbəsi ilə apardıqları araşdırmada, güvənli bağlanan şəxslərin sosial münasibətlərdə daha müvəffəqiyyətli, daha az psixi sağıamlıq problemi və güvənsiz bağlanan fərdlərə nisbətən daha az narahatlıq səviyyəsinə malikdir. Onlar aşkar ediblər ki, güvənsiz bağlanan fərdlər depressiyaya daha çox meyillidirlər, daha zəif sosial bacarıqlara malikdirlər, münasibətlərə başlamaq və davam etdirmək üçün daha məhdud qabiliyyətə malikdirlər və münasibətlərdən daha az məmnunluq səviyyəsinə malikdirlər. Müəyyən edilmişdir ki, güvənsiz bağılılığı olanlar sosial və emosional əlaqələr qurmaqdan qaçan və ya yetkinlik dövründə bu münasibətləri saxlamaqda çətinlik çəkən insanlardır. Yeniyetməlik dövründə valideynləri ilə etimada əsaslanan münasibət quran yeniyetmələrin dostluq münasibətlərində daha müvəffəqiyyətli, sosial münasibətlərdə bacarıqlı, mənlik səviyyələrinin daha yüksəkdir (Özdemir,2016). Uşaqılıq dövründə valideynlərlə qurulan əlaqənin keyfiyyəti

və yeniyetməlik dövründə həmyaşdaları münasibətləri mühüm rol oynayır. Valideynlərlə güvənli bağlanma qurmaq yeniyetmələrə yeni problemlərin öhdəsindən gəlməkdə təsirli olur. Yeniyetmələrin məntiqi və mücərrəd təfəkkür qabiliyyətləri sürətlə artdıqca, fərdin bağlanma təcrübələrini və bağlanma münasibətlərini konseptuallaşdırma tərzini, xüsusən də yeniyetməlik dövründə əhəmiyyətli inkişaf göstərir. Yeniyetmələr bir şəxsiyyət tapmaq, fiziki dəyişiklikləri qəbul etmək, sağlam həyat vərdişlərinə yiyələnmək, ailədən ayrılmaq, əxlaqi qayda və dəyərləri yaratmaq, cəmiyyətin töhfə verən bir üzvü olmaq və peşə seçimi kimi inkişaf vəzifələri ilə mübarizə aparırlar. Yeniyetmənin özünü və həmyaşdalarını tanıması, həmyaşdalarının prizmasından özünü və dünyanı tanıması üçün yeniyetməlik dövründə həmyaşdalar qrupunda olması, qrupa qəbul edilməsi və qrupa uyğunlaşması vacibdir. Yeniyetməlik dövründə yeniyetmə tədricən ailəsindən uzaqlaşır və dostları və ya həmyaşdaları ilə daha çox vaxt keçirməyə başlayır. Yeniyetməlik dövründə valideynlərlə yeniyetmələr arasında münasibətlərin əhəmiyyəti azalmır, sadəcə olaraq, yeniyetmənin valideynlərindən asılılığı azalır. Gənclər öz müstəqilliklərinə nail olmağa çalışırlar, lakin onlar da bilmək istəyirlər ki, ehtiyac duyduqlarında valideynləri onlara dəstək olacaq. Valideynlərdən asılı olmamağın bir yolu bağlanma fiquru olaraq dostlara etibar etməkdir. Buna görə də, yeniyetməlik dövründə valideynlərdən müstəqil olmaq uğrunda mübarizədə güvən hissi dostlara bağlanma fiqurları kimi ötürülür və bu, onlarda yetkin bağlılıq üslublarını inkişaf etdirməyə imkan verir.

1.2. Yeniyetməlik yaş dövrünün əsas xüsusiyyətləri

İnsan həyatı boyunca fərqli dövrlərdən keçir. Bu dövrlər içərisində yeniyetməlik dövrü sürətli fiziki və zehni inkişafın baş verdiyi bir dövr kimi qarşımıza çıxır. Latın dilindən tərcümədə yeniyetmə sözü böyümək, yetişmək deməkdir. Yeniyetmə sözü *adolescere* feilindən əsaslanaraq ortaya çıxmışdır. Bu baxımdan bu sözü günümüzdə fərddə müşahidə oluna bilən davamlı və sürətli inkişaf dövrü kimi təyin etmək olar. Yeniyetməlik dövrü 11-12 yaşdan başlayaraq 20-li yaşların əvvəllərinə qədər davam edən, sürətli fiziki, psixoloji və sosial dəyişiklikləri özündə ehtiva edən dövrüdür (Arife, 2018). Bu dövr uşaqlıqdan yetkinliyə keçid dövrüdür, burada sürətli fiziki, psixoloji, bioloji və sosial böyümə, inkişaf və yetkinləşmə prosesləri yaşanır və fərdin yeniliklərə və dəyişikliyə açıq olması xüsusiyyətlərindən asılı olaraq fürsət dövrü kimi qəbul edilə bilər (Gazioğlu, 2015). Yeniyetməlik dövründə yaranan dəyişimi Talat Parman həyatın ilk günlərindəki dəyişimlə qarşılaşdırır. Doğuş, fetus vəziyyətindən yeni doğulmuş vəziyyətə keçidin baş verdiyi bir transformasiyadır. Məhz yeniyetməlikdə eynilə uşaqlıqdan yetkinliyə keçid dövrüdür. Fransız psixiatr və psixoloq Françoise Dolto, qeyd edir ki yeniyetmələr həyatın ilk dövründə həyata alışmağa çalışan yeni

doğulmuş körpələr kimi kövrək və zəifdirlər və o onları qabıq dəyişdirən xərçəngə bənzədir. O qeyd edir ki xərçənglər qabıq dəyişdirdikləri dövrdə zəif və müdafiəsizdirlər. Əgər bu müddət ərzində yaralanarlarsa, bu yaranın izləri ömür boyu davam edəcək. Məhs buna görə də yeniyetməlik dövrünü əsas dövr kimi qeyd edir (Aracı,2012). Yeniyetmələr bu dövrdə müxtəlif qruplara daxil olaraq qarşılıqlı ünsiyyət qurmağı öyrənir və öz məhəllələrini qiymətləndirirlər. Bu dövrdə yeniyetmələrin fiziki və psixi inkişafında əsaslı dəyişikliklər özünü biruzə verir. Psixoseksual inkişafda xüsusi dəyişiklik baş verir və bu da bir növ cinsi yetkinlik üçün başlanğıc rolunu oynayır (Həmzəyev ,2007). Bu dövr fərdin boyunda fiziki artım , cinsi, sosial, emosional, şəxsi və zehni dəyişikliyin və inkişafın müşahidə edildiyi bir dövrdür. Çox vaxt yeniyetməlik anlayışı əvəzinə gənclik anlayışından istifadə olunur və gənclik dövrünün başlanğıcı olan yeniyetməlik əvəzinə gənclik anlayışından istifadə edilməsi yanlış sayıla bilməz çünki hər iki dövr böyümənin və inkişafın olduğu xüsusi dövrlər kimi qiymətləndirilir (Gazioğlu, 2015). Bu dövrlə bağlı bir araşdırmada yeniyetməlik üç proses çərçivəsində müzakirə edilir. Bu proseslər aşağıdakılardır:

- Erkən yeniyetməlik: 12-14 yaş arası dövrü əhatə edir. Bu müddət ərzində koqnitiv və fiziki dəyişikliklərin çox sürətli olduğu müşahidə edilmişdir. Yeniyetmə qızlar və ya oğlanlar şəxsiyyətini kəşf etməyə başlayır. Bədən görünüşlərində sürətli dəyişim və cinsi kimliklərinin dərk edilməsi və cinsi rollarının qəbulanmasını əhatə edən bu dövrdə yeniyetmə həm ailəyə yaxınlaşma həm də fərdləşmə ehtiyacı hiss etməyə başlayır.
- Orta yeniyetməlik: 15-18 yaş arası yeniyetməlik dövrünü əhatə edir. Bu prosesdə müstəqillik özünü göstərməyə başlayır. Həmyaşadlarla və əks cinslə münasibətlər ön plana çıxır. Cinsi maraq artır. Koqnitiv inkişaf ön planda olduğu üçün ünsiyyətə, duyğulara və münasibətlərə üçün əhəmiyyət üstünlük verilir. Fiziki inkişafın yavaşlaması ilə düşüncələrdəki qarışıqlıq azalmağa başlayır. Artıq məhəllə və kontrol duyğusu inkişaf etməyə başlamışdır.
- Gec yeniyetməlik: Bu proses 18 yaşdan başlayır və şəxsiyyət hissi qazanılmasına qədər davam etməkdədir. Yeniyetmə ona zövq verən yaxın münasibətləri tapma və davam etdirmə, iş seçimi ilə bağlı yetişkinlər kimi qərarlar vermə mərhələsindədir. Yeniyetmə mücərrəd düşünmə bacarığına malikdir. Bu dövrdə əxlaq inkişafında da irəliləmə qeyd olunur (Demir , 2018)

Erkən yeniyetməlik dövründə fiziki dəyişikliklərin yeniyetmə üzərində təsiri böyükdür. Yeniyetmə bədəni ilə bağlı dəyişikliklərə uyğunlaşmağa və öhdəsindən gəlməyə çalışır. Fiziki görünüşə önəm verir, mücərrəd düşünməyə başlayır, maraqları dəyişir, dostları

ilə daha çox vaxt keçirtmək istəyir. Orta yeniyetməlik dövründə fərdlərin müstəqil olmaq istəyinin sıx olduğu bir dövrdür. Ona görə də yeniyetmə ailədən uzaqlaşmaq, fərd olmaq, təkbaşına hərəkət edib qərar qəbul etmək istəyir. Fərdiləşmə istəyi valideynlər tərəfindən başa düşülməz və qəbul edilməz olarsa qurulan münasibətlərdə problemlər yaranmağa başlayır. Gec yeniyetməlik dövrü isə karyera seçimi, gələcəklə bağlı narahatlıq, yaxın əlaqələr qurmaq onu qoruyub saxlamaq kimi narahatlıqların yaşandığı bir dövrdür. Bu dövrdə yeniyetmə uyğun peşə seçimi, həyat yoldaşı seçimi kimi narahatlıqları sıx şəkildə yaşayır (Özkan,2019). Bu sıxıntıları yaşayan yeniyetmə üçün həyat stresli və qarışıq görünməyə başlayır. Bu kontekstdə yeniyetmə öz aləmində müəllimləri və valideynləri tərəfindən hiss olunmayan və xaricə açıq şəkildə göstərilməyən bəzi sosial şübhələr və emosional narahatlıqlar yaşaya bilər, həm də akademik və sosial sahədə bəzi problemlərlə üzləşə bilər (Demir,2018) . Və qeyd edim ki insan həyatının ilk altı ili ilə yeniyetməlik dövrü fərdlər üçün kritik dövrlərdir. Yeniyetməlikdə sürətli fiziki dəyişikliklərlə yanaşı psixi, sosial və emosional dəyişikliklər də baş verir. Bu dəyişikliklər yeniyetmələrin öz emosiyalarını həvəslə yaşamasına və düşüncələrinin qarışmasına səbəb olur. Erkən uşaqlıqda yaşanan uşaqlıq travmaları, yaşanmış münaqişələr və ilişib qalmağın gətirdiyi narahatlıq yenidən ortaya çıxaraq yeniyetmələrin ailə üzvləri ilə aralarına məsafə qoymalarına səbəb olur. Bu dövrdə dostluq qurmaq və tək qalmaq istəyi, əks cinsə maraq, münasibətlərdə qorxaqlıq, qeyri-sabit duyğular, gələcək narahatlıq, karyera seçimi kimi bir çox münaqişələr sıx yaşanır. Bu münaqişələr fərdin psixoloji vəziyyətini dərinlən təsir göstərir. Fərdlərin yaşadığı sıx narahatlıq və stress yeniyetməlik dövründə riskli davranışlara səbəb olur. Yeniyetməlik dövründə yaşanan münaqişələrin və qarışıqlığın şiddətinin miqyası insanın körpəlik və uşaqlıq dövrünün nə qədər sağlam keçməsindən, fərdin fizioloji quruluşundan, ailə və cəmiyyətin münasibətindən asılı olaraq dəyişir (Özkan, 2019). Bu dövrün əsas xüsusiyyətləri emosional coşqu, tez qurulan və pozulan əlaqələr, asanlıqla təsir altına düşmək, cəmiyyətdə seçilmək, diqqəti cəlb etmək və rol oynamağa çalışmaq kimi ümumiləşdirmək olar. Yeniyetməlik dövrünün inkişaf xüsusiyyətləri uşaqlıqdan çox fərqlidir və həm kəmiyyət, həm də keyfiyyət baxımından çox intensiv olur. Müstəqil şəxsiyyətə sahib olmaq, cəmiyyətdə öz yerini və rolunu öyrənmək məhz bu dövr içində baş verir. Dünyagörüşünü inkişaf etdirmək, özünə istiqamət verəcək dəyərlər axtarmaq, həyatın mənasını, yaşamda öz yeri və rolu haqqında qənaətbəxş cavablar tapmaq, tapmaq üçün axtarışlar etmək yeniyetməlik dövrünün özünəməxsus davranış xüsusiyyətlərindəndir. İnsanın həqiqətən xarakterini inkişaf etdirən yer onun yaxın çevrəsidir: ailəsi, məktəbdəki müəllimləri, dostları qısaca ətrafıdır. Onların təsiri insan həyatının ilk illərində, yəni uşaqlıq və yeniyetməlik dövründə daha çox olur (Arife,2018). Yeniyetməlik yaşında şəxsiyyətin formalaşmasında əsaslı dəyişikliklər baş verir. Bu dövrdə yeniyetmələr

ünsiyyət tələbatını ödəməyə çalışırlar məhz buna görə onlar həmyaşdaları ilə ünsiyyət qurmağa meyl edirlər. Yeniyetmə ünsiyyət prosesi zamanı ictimai qayda –qanunları , əxlaqi normaları da mənimsəyir (Həmzəyev,2007). Bu dövrün başlanmasında ətraf mühit və sosial amillər mühüm rol oynayır. Koqnitiv sahədə baş verən dəyişikliklər fərdin yeni dostluq və sosial münasibətlər qurmasına şərait yaradır. Buna görə də fərd ətrafındakı fərdlərdən diqqət, qəbul, səmimiyyət və sədaqət kimi davranışlar gözləyə bilər. Yeniyetməlik dövründə yeniyetmələrlə valideynlər arasında bəzi münaqişələr yaranır. Bu dövrdə fərd ailə mühitindən, yaxın münasibətlərdən ayrı və müstəqil olaraq özünü inkişaf etdirməyə və yeni kimlik yaratmağa başlayır. Bu dövrdə yeniyetmənin köhnə şəxsiyyəti artıq kifayət etmir. Ailədən asılı olmayan şəxsiyyətin yaradılması prosesinə can atır (Türkan,2023). Lakin bu dövrdə yeniyetmə özünüqiymətləndirmə zamanı valideynlərinin fikrini önəmsəyir və deyilən neqativ fikirləri tez qəbul edir. Valideynin tələblərini rədd edərək öz müstəqilliyini qorumağa can atır məhz bu da ailədə olduqca gərgin münasibətlərin yaranmasına gətirib çıxara bilər (Həmzəyev 2007). Bu dövrdə mücərrəd düşünmə bacarıqlarının , mənlilik şüurunun formalaşmağa başlaması, ünsiyyət tələbatının meydana gəlməsi yeniyetmənin bütün psixoloji həyatına, onun təlim fəaliyyətinə , ətrafdakı insanlarla olan münasibətinə öz təsirini göstərir. Dünyagörüşünü inkişaf etdirmək, özünə istiqamət verəcək dəyərlər axtarmaq, həyatın mənası haqqında, yaşamda öz yeri və rolu haqqında qənaətbəxş cavablar tapmaq üçün axtarışlar etmək yeniyetməlik dövrünün özünəməxsus davranış xüsusiyyətlərindəndir (Aracı, 2012).

1.2.1. Təşviş və qəzəb anlayışının psixoloji xarakteristikası

Təşviş anlayışı ilk dəfə Ziqmund Freyd tərəfindən irəli sürülmüşdür. Təşviş hind-german dilindəki angh sözündən götürülmüşdür, mənası sıx, sıxıntı və narahatlıq deməkdir. O narahatlığı, mənliyi mümkün təhlükəyə qarşı oyadan və müdafiə mexanizmini işə salan funksional struktur kimi təyin etmişdir. O narahatlıq gerçəkləşdiyi zaman cəmiyyət tərəfindən qəbul edilməyəcəyi güman edilən həll olunmamış edip kompleksinin yaratdığı cinsi impuls və duyğulardan doğan qorxu nəticəsində baş verir. Təşviş pozuntularının növlərinə aşağıdakılar daxildir: generalizə olunmuş təşviş pozuntusu , sosial təşviş pozuntusu ,panik pozuntu, aqorafobiya. Təşviş, fərdi mövcudluğu qorumaq üçün fərdi təhlükə qarşısında lazım olanı etməyə hazırlayan əsas duyğulardan biridir (Alagöz,2019). Bir çox insanlar narahatlıq, qorxu, təşviş vəs. kimi terminləri bir-birinə əvəz etsə də, bu terminlərin əslində fərqli mənalara var. Narahatlıq və təşviş eyni mənada işlədilsə də, ümumiyyətlə, təşvişin koqnitiv göstəriciləri kimi qəbul edilir. Qorxu real təhlükəyə qarşı reaksiyadır və yunanca phobos sözündən götürülmüşdür (Merve,2014). Təşviş anlayışı da qorxu anlayışı kimi bir təhlükə qarşısında özünü ifadə edən reaksiya formasıdır. Narahatlıq və qorxu arasındakı fərq insanın özü müəyyən

edir. Ancaq bu iki anlayış arasındakı başqa bir fərq qorxu kəskin bir vəziyyət olsa da, narahatlıq əsasən xroniki bir vəziyyətdir. Qorxu və narahatlıq bütün əsrlər boyu bəşəriyyətin ən mühüm problemlərindən biri olmuşdur. Maslow ehtiyaclar iyerarxiyasında qeyd etdiyi kimi, təhlükəsizlik ehtiyacı ən əsas ehtiyaclardan biridir. İnsanlar özlərini təhlükəsiz hiss etmək istəyirlər. Ona görə də yad və onlara məlum olmayan şeylərdən qorxurlar. Qorxu hazırda mövcud olan konkret təhlükə ilə əlaqəli narahatlıq isə gələcəkdə baş verə biləcək mümkün vəziyyətlərlə əlaqəlidir. Meşədə vəhşi heyvana və ya böyük partlayışa, təbii fəlakətlərə, başqa insanların təhdid və hücumlarına məruz qalan insan qorxu yaşayır. Təşviş insanın bu anda və gələcəkdə necə reallaşacağı məlum olmayan və ya reallaşmaq ehtimalı az olan subyektiv vəziyyətlə bağlıdır. Fərdlər onlara ağrı verən vəziyyətləri inkar, rədd edərək daxili və xarici əlaqəni kəsib müdafiə mexanizmlərinə müraciət edirlər. Basdırılan və ya şüurdan atılan ,həll olunmayan problemlər adi vəziyyətlərdə belə insanın təlaşa, təşvişə düşməsinə səbəb olur (Muzaffer, 2019). Təşviş bir çox ruhi xəstəliklərdə qarşılaşdığımız bir simptomdur. Təşviş insan üzərində fiziki və zehni iz qoyur. Narahatlığın psixoloji əlamətlərinə emosional gərginlik, diqqəti cəmləməkdə çətinlik, reallığın itirilməsi qorxusu, dəli olmaq qorxusu, yarana biləcək təhlükə hissi , öz üzərində nəzarətin itirilməsi qorxusu vəs aiddir. Bundan əlavə, yaddaşın zəifləməsi və vegetativ sistemə həddindən artıq diqqət yetirmə nəticəsində ürək döyüntülərini hiss etmə və bunu bir infarkt kimi yanlış şərh edilməsi nəticəsində qavrayış pozğunluqları və düşüncə pozğunluqları da baş verə bilər. Bu xəstələrin fiziki əlamətləri simpatik sinir sisteminin həddindən artıq aktivliyi və əzələ gərginliyinin güclənməsi nəticəsində ortaya çıxır. Mədə-bağırsaq sistemi simptomları arasında quru ağız, udma çətinliyi, epiqastriumda həssaslıq, bağırsaq hərəkətlərinin artması və ya azalması ola bilər. Tənəffüs sistemində sinə içində sıxılma hissi, nəfəs almaqda çətinlik və həddindən artıq nəfəsalma baş verə bilər (Özakkaş,2014). Həyatımızdakı bəzi şeylər sadəcə faktdır və həyatda qalmaq üçün ,yaşamaq üçün narahatlıqlara, qorxulara ehtiyacımız olduğu da bir həqiqətdir. Amma biz istəyirik ki, bu narahatçılıq əleyhimizə deyil, xeyrimizə işləsin. Narahatlıqlar, qorxular normasında adətən fiziki və ya zehni zərər vermir. Zehnimiz və bədənimiz bu duyğuların öhdəsindən gəlmək üçün inkişaf edir. Ümumiyyətlə, bunlar bizim həyatda qalmağımız üçün vacib duyğulardır və yaşamağımız üçün böyük əhəmiyyət kəsb edir. Təşviş, narahatlıq və qorxu ilə təhlükə zamanı biz zəruri reaksiyalar veririk. Bunlar sadəcə şişirdildikdə qorxmağa, narahat olmağa ehtiac olmadıqda bir problem halına gəlir. Narahatlıq anında adrenalin yüksəlir (Kennerley,2019). Adrenalin və ya epinefrin hormonu adrenal bezlər və beyindəki bəzi neyronlar tərəfindən istehsal olunur. Güclü stress və ya qorxu zamanı qan dövranını artıraraq bədəni qaçmağa və ya savaşağa hazırlayır. Adrenalin təlaşı olaraq da bilinən bu reaksiya çox tez baş verir və həyatda qalmaq üçün vacibdir. Epinefrin

hormonu bədən tərəfindən təbii olaraq istehsal olunur. Adrenalin güclü qorxu, stress, həyəcan və ya narahatlıq vəziyyətlərində ifraz olunur. Bu adrenalin təlaş kimi tanınır və onun təsiri 2-3 dəqiqə ərzində hiss olunur. Davamlı olaraq yüksək və ya aşağı adrenalin yaşamaq tibbi problemin olduğunu göstərə bilər. Narahatlıq, stress və ya qorxu zamanı ifraz olunan bu hormonun orqanizmə bir çox təsiri var. Ürək dərəcəsini və qan təzyiqini artırır, ağciyərlərin hava keçidlərini genişləndirir və daha səmərəli nəfəs almağa imkan verir. O, həmçinin göz bəbəklərini genişləndirərək görmə qabiliyyətini gücləndirir və qan şəkərini artırır (Muzaffer, 2019). Narahatlıq hissi demək olar ki, bütün insanlar tərəfindən yaşanan bir hissdır. Narahatlıq bir xəbərdarlıq signalıdır. Bu, insana təhlükənin şiddətindən xəbər verən və təhlükədən xəbərdar edən bir reaksiyadır (Özakkaş, 2014). Bütün hissləri gücləndirərək, həm zehni, həm də bədəni ayıq və güclü saxlayır və ağrıları azaldır. O, həmçinin beyinə və əzələlərə daha çox qan axmasına imkan verərək, bədəni təhlükə ilə mübarizə və ya ondan qaçmaq üçün lazım olan enerji ilə təmin edir. Təşviş pozuntusunun növü olan panik pozuntu fərdlər bir çox müxtəlif fiziki və digər simptomlarla müşayiət olunan təkrarlanan panik atakları yaşayır və daha çox hücumların baş verəcəyindən qorxurlar. Güclü qorxu gəldikdə başlayır, bir neçə dəqiqə ərzində bu qorxu ən azı bir neçə dəqiqə davam edərək maksimum həddə çatır. Bir ay ərzində minimum 4 dəfə baş verir. Panik pozğunluğu istisna olmaqla, bütün narahatlıq pozğunluqlarında dövr ən az 6 ay və ya daha çox davam edir. Aqorafobiya isə fərdlər ən azı iki vəziyyətlə əlaqəli sıx narahatlıq və qorxu yaşayırlar ki, onlar narahatlıq hiss etdikdə kömək tapmaqda çətinlik çəkirlər. Məsələn, bazarlardan, qapalı ərazilərdən, açıq ərazilərdən, ictimai nəqliyyat vasitələrindən, tunellərdən və s. vəziyyətlərdən qaçırırlar. Onlarla istəyirlər ki kimsə onlarla bərabər həyəcəyə gəlsinlər. Qorxuqları bir vəziyyətə məruz qaldıqlarında böyük sıxıntı və narahatlıq yaşayırlar (Apa, 2013). Sosial təşviş pozğunluğu olan insanlar yöndəmsiz, axmaq və ya utanç verici görünməkdən qorxurlar. Xəstələr yemək yeyərkən boğulma, yazarkən titrəmə, ictimai yerlərdə danışa və ya çıxış edə bilməmək kimi vəziyyətlərdən qorxur və narahat olurlar. İctimai tualetlərdən istifadə onlarda narahatlıq yaradır. Generalizə olunmuş təşviş pozuntusu olan insan demək olar ki hər mövzuda çox vaxt gərgin və ya narahat hiss edirlər və bir çox fərqli mövzuda narahatlıq keçirirlər. Sağlamlıq, ailə problemləri, pul, məktəb və işlə bağlı kiçik problemlər qarşısında həddindən artıq narahatlıq, əzələ gərginliyi, asan yorğunluq və əsəbilik, diqqət və yuxu problemləri kimi emosional, fiziki və ruhi narahatlıqlar yaşayırlar. Narahatlıq səviyyəsi yüksək olan fərdlər, bütün gündəlik fəaliyyətlərinin nizamlı şəkildə həyata keçirilməsinə baxmayaraq, narahatlığı əhatə edən bir davranış modelinə malikdirlər. Xüsusi bir səbəbi olmasa da, gündəlik həyatlarına əks oluna biləcək adi vəziyyətlərdən narahat olurlar. Bu vəziyyətlərdə valideynlər öz narahatlığını övladına ötürürsə, bu, uşağın narahat bir insan

olmasına səbəb ola bilər. Öz qəzəbini yaşayan ,öz istəklərini təmin etməyə çalışan valideynlər bu davranışları övladına ötürməklə uşağın təşviş səviyyəsini yüksəldir (Bulut,2016). Qəzəb insan təbiətinə xas olan əsas duyğulardan biridir. Qəzəb yaxşı idarə edildikdə, psixososial inkişafa, şəxsiyyətlərarası münasibətlərə və fərdi xoşbəxtliyə müsbət təsir göstərir. Yaxşı idarə edilmədikdə, bu, fərd, onun ailəsi, iş yeri və cəmiyyət üçün dağıdıcı nəticələrə səbəb ola bilər. Qəzəb qorxu ,arzuolunmaz hadisələr qarşısında yaranan maneəni aşmaq və arzuolunmaz vəziyyətlərdən çıxmaq üçün istifadə olunan bir duyğudur. Qəzəb insanın planları, istək və ehtiyacları pozulduğunda, haqsızlıq, ədalətsizlik və özünə təhlükə yarandıqda yaşanan hisslərdən biridir. Qəzəb insanın özünü qorumaq və qarşısındakını xəbərdar etmək üçün göstərdiyi duyğu formasıdır. Qəzəb mənfi emosiya kimi qoruyucu xüsusiyyətə malikdir və insanı çətin və təhlükəli vəziyyətlərə hazırlayır. Qəzəb təbii bir duyğudur. Bununla belə, qəzəbin şiddəti, onun idarə edilməsi və təzahür tərzini fərdin psixi sağlamlığına təsiri nəzərə alınmalıdır (Özalp,2018). Novako qəzəbin faydalı tərəflərinin olduğunu və qəzəbin insana enerji hiss etdirdiyini vurğulayırdı. Bu enerji ilə insan aktivləşir və ətraf mühitə nəzarət etməyə başlayır. Mareno isə qəzəb duyğusunu hərəkətlənmə, yaradıcı təcrübə və inteqrasiya kimi ifadə etmişdir. Əgər bu enerji sağlam bir şəkildə idarə edilsə , insan özü haqqında daha çox məlumat əldə etməsinə və daha bacarıqlı , bir insana çevrilməsinə imkan yarada bilər. Qəzəb mənfi emosiya olsada bu duyğu ilə başqalarına olan mənfi hisslərini ifadə etməyə imkan verən bir duyğudur. Qəzəbini ifadə edən şəxs qışqıraraq, deyinərək başqalarına olan duyğularını ifadə etmək şansına malikdir. Qəzəb bir müdafiədir. Qəzəb problemi ciddi və getdikcə daha çox yayılmış problemdir. Evdə, sosial mühitdə və məktəbdə təzyiq altında olan, başa düşülə bilməyən və özünü ifadə edə bilməyən gənclər özlərini ifadə etmək üçün qəzəbi seçə bilərlər. Düzgün ifadə edildikdə sağlam və normal bir duyğudur. Ancaq idarə oluna bilməyən və dağıdıcı hala gəldiyində, həyat keyfiyyətimizdə problemlər yarada bilər. Qəzəbə səbəb olan problemlərə aşağıdakılar daxildir: ədalətsizlik, fiziki xəsarətlər, təcavüz, və təhdidlər vəs (Erdoğan,2015). Koqnitiv davranış yanaşmasının mühüm nəzəriyyəçilərindən biri olan Beckə görə qəzəbə səbəb ola biləcək faktorlar var. Qəzəb birbaşa və ya dolaylı yolla iki şəkildə ortaya çıxa bilər. Birbaşa yolla ortaya çıxma amillərinə : fiziki hücum, tənqid, təzyiq, maneə, rədd edilmə, məhrumiyyət vəs kimi hallar fərdin ehtiyaclarını və təhlükəsizliyini təhdid edərək qəzəbin birbaşa ortaya çıxmasına səbəb olur. Dolaylı yolla qəzəbi yaradan amillərə isə insanın özü və ya başqaları tərəfindən yönəldilmiş stimulların qarşılıqlı təsiri daxildir. Bir insana yönəlmiş davranış birbaşa hücumla yönəlməsə də, qəzəb fərd bunu özünə qarşı bir hücum kimi gördüyü üçün yaranır (Sağır,2016). Aqressiya davranışı olan Autoaqressiv davranış aqressivliyin bir forması olub fərdin aqressiyasının bilavasitə özünə yönəlməsidir. Aqressiya

və aqressivlik dedikdə şəxsiyyətin əlverişsiz və zərərli ətraf aləmə olan reaksiyası başa düşülür. Münaqişəli situasiyalar həll olunmadıqda və qarşılıqlı münasibətlərdən məhrumiyyət baş verdikdə şəxsiyyətdə müəyyən dərəcədə qəzəb müşahidə olunur. Aqressivliyin iki tipinə tez-tez rast gəlmək olar ki bunlar motivasiyalı aqressivlik və instrumental aqressivlikdir. Motivasiyalı aqressivlik şəxsiyyətə məxsus destruktiv yönəlişlərlə bilavasitə əlaqədardır lakin instrumental aqressivlik isə bir vasitə kimi həm şüursuz, həm də şüurun iştirakı ilə olub, hirs və düşmənçilik kimi emosional halətlərlə müşayiət olunur. A. Bass və A.Dark 8 növ aqressiv reaksiya təsnif etmişdir və yeniyetmədə onlardan hansının üstünlük təşkil etməsi təyin etmişdir. Fiziki aqressivlik başqa şəxslərə fiziki gücün tətbiqi kimi izah olunur, dolayısı aqressivlik dolayısı yolla başqasına və ya heç kimə yönəlməyən aqressivlik kimi izah olunur, qıcıqlanma bir az qıcıqlanıb hirsələnən kimi neqativ reaksiyaların kobudluq və tez də müvazinəti itirmə müşahidə olunur, neqativizm qanun - qayda və əhəmətlərə qarşı aktiv və ya passiv davranış formasında əks reaksiya göstərmə şəklində ifadə olunur, küsmə, incimə həqiqi və düşünülmüş hərəkətlərə qarşı nifrət və paxıllıq hissi kimi şərh olunur, şübhələnmə başqalarına ehtiyatla və inamsızlıqla yanaşmadan başlamış, digər insanlara zərər gətirməsinə qədər olan diapazonu əhatə edir, verbal aqressiya söz vasitəsilə (hədələmək, söymək vəs) öz neqativ hissələrini ifadə etmə şəklində ,günahkarlıq hissi özünün pis adam olması hissi və vicdan əzabı çəkməsi kimi şərh etməsi ilə ifadə olunur (Şəfiyeva,2012). Son olaraq onu qeyd edim ki həyatımızdakı bəzi şeylər sadəcə faktır və heyatda qalmaq üçün ,yaşamaq üçün narahatlıqlara, qorxulara, qəzəbə ehtiyacımız olduğu da bir həqiqətdir. Amma biz istəyirik ki, bu narahatçılıq əleyhimizə deyil, xeyrimizə işləsin. Narahatlıqlar, qorxular, qəzəb normasında adətən fiziki və ya zehni zərər vermir. Zehnimiz və bədənimiz bu duyğuların öhdəsindən gəlmək üçün inkişaf edir. Ümumiyyətlə, bunlar bizim heyatda qalmağımız üçün vacib duyğulardır və yaşamağımız üçün böyük əhəmiyyət kəsb edir. Təşviş, narahatlıq, qorxu, qəzəb ilə təhlükə zamanı biz zəruri reaksiyalar veririk.Bunlar sadəcə şişirdildiktə qorxmaqa, narahat olmaqa ehtiac olmadıqda bir problem halına gelir.

1.2.2 Yeniyetməlik dövrünə təşviş və qəzəbin təsiri

Yeniyetməlik sosial,fizioloji, psixoloji cəhətdən əsaslı dəyişikliklərin baş verdiyi dövrüdür. Bu dəyişikliklərlə birlikdə yeniyetmələrdə tez-tez təşviş əlamətləri də müşahidə olunur. Təşviş simptomları yeniyetmələr arasında çox yayılmış və onların gündəlik həyatlarına əhəmiyyətli dərəcədə müdaxilə edir. Narahatlığın inkişafı üçün bu artan risk bu dövrdəki çoxsaylı keçidlərlə bağlıdır. Nəticə etibarı ilə yeniyetməlik psixopatologiyanın inkişafı baxımından xüsusilə vacib bir dövrüdür. Təşviş pozğunluqları ən çox yayılmış psixiatrik xəstəliklərdən biridir. Yeniyetmələr arasında nəzərə çarpacaq inkişaf fərqləri var və buna görə

də bu dövrdə narahatlıq və onunla əlaqəli pozğunluqların necə mövcud olduğunu araşdırmaq üçün daha çox araşdırmaya ehtiyac var. Yeniyetməlik dövründə həmyaşd münasibətləri fərdin fəaliyyəti üçün valideyn münasibətlərindən daha vacib olur. Yaxın münasibətlərin inkişafındakı çətinliklər xroniki stressə səbəb ola bilər ki, bu da insanı psixologiyasının inkişafına ciddi təsir edir (Erdoğan,2015). Narahatlıq struktur olaraq insanın fəaliyyətinə müəyyən səviyyədə təsir edərək müəyyən səviyyədə şəxsin performansını artıran və insanı cəsarətləndirən bir təsirə malikdir. Ancaq həddindən artıq narahatlıq insanın özünə olan hörmətinin azalmasına səbəb olaraq performansının düşməsinə səbəb olur. Yeniyetməlik dövründə insanların gələcəklə bağlı narahatlıqları olması təşvişi artıran bir xüsusiyyət kimi görünür. Bu səbəbdən yeniyetməlik dövründə fərdlərin imtahandan əvvəl narahatlıq səviyyələrinin artdığı müşahidə edilir və imtahandan kəsilən fərdlərin narahatlıq səviyyələrinin daha da artdığını göstərən araşdırmalar var (Yıldırım,2018). Müsbət həmyaşd münasibətləri yeniyetmələri narahatlıq pozğunluqlarının inkişafından qoruya bilər. DSM diaqnozları arasında komorbidlik yəni fərdin eyni zamanda iki və ya daha çox pozğunluq üçün meyarlara cavab verməsi istisna deyil, qaydadır. Beləliklə, narahatlığa bənzəyən simptomları olan bir yeniyetməni gördükdə, digər mümkün diaqnozları nəzərə almaq vacibdir. Məsələn: depressiya,maddə istifadəsi pozğunluqları,yemək pozğunluqları vəs narahatlıq pozğunluqları ilə yüksək komorbidlik səviyyələrini də nümayiş etdirir (DeMond M. Grant, 2013) . Yeniyetmələr üzərində nisbətən az tədqiqat aparılsa da, narahatlıq və maddə istifadəsi yeniyetməlik dövründə eyni şəkildə baş verir. Yeniyetmələri araşdıran başqa bir araşdırmada, təşviş və alkoqoldan sui-istifadə arasında güclü əlaqə tapılmışdır. Həmçinin qeyd etmək lazımdır ki, əvvəlki tədqiqatlar yeniyetməlik dövründə narahatlığın depressiya ilə sıx bağlı olduğunu tapmışdır. Son tədqiqatlar göstərir ki, narahatlıq və depressiya ümumi risk faktorlarını bölüşür lakin hər biri unikaldır və bir-birini əvəz edə bilməz. Narahatlıq və depressiya həm ümumi, həm də unikal fərqliliyi paylaşdığından yeniyetmələrin narahatlığını araşdıran tədqiqatlar üçün yeniyetməlik depressiyasını da nəzərə almaq vacibdir (F.V.A.Van,2009). Yeniyetməlik dövrünün sərhədlərini çəkmək çətin olsa da, ümumiyyətlə, yeniyetməlik dövrünü yetkinlik dövrünün başlanğıcı olaraq qəbul edilir. İlk mərhələdə muxtariyyət axtarışı, valideynlərlə konflikt kimi bir çox problemlərin yaşandığı yeniyetməlik dövrü uğurla aradan qaldırıldıqda, yeniyetmədə şəxsiyyət və rol inteqrasiyası baş verir. İnkişaf dövrlərində qəzəbin özünəməxsus səbəbləri olduğu görülür. Bu dövrdə yeniyetmələr böyük bioloji və psixoloji dəyişikliklər yaşayırlar. Bu dəyişikliklər özləri ilə çoxlu problemlər gətirir. Mövcud akademik müvəffəqiyyətə və münasibətlərə təsir etməklə yanaşı, yeniyetmələrdə qəzəb psixososial inkişafa da təsir göstərir. Qəzəb özünə və başqa insanlara fiziki zərər vurma ehtimalı ilə yanaşı, yeniyetmələrin yaşadları

ilə münasibətlərinin pisləşməsinə, onların məktəbdən uzaqlaşdırılmasına və ya qovulmasına səbəb ola bilər. Qəzəb hər yaşda yaşana bilən bir duyğu olsa da, hər yaşda yaşanan qəzəbin eyni xüsusiyyətlərə malik olduğunu və eyni səbəblərdən meydana gəldiyini söyləmək mümkün deyil. Bu səbəbdən hər yaş qrupunda qəzəbin ayrı-ayrılıqda araşdırılması lazımdır (Özmen,2016). Sevinc, kədər, xoşbəxtlik və bütün digər duyğular kimi qəzəbi də biz müxtəlif formalarda , fərqli intensivliklərdə və bəzən hətta coşqun şəkildə ifadə edə bilərik (Dündar, 2016). Qəzəb qarşılanmamış gözləntilərə və arzuolunmaz nəticələrə qarşı insanın verdiyi təbii reaksiyadır (Ərdoğan, 2015). Qəzəb gündəlik həyatda tez-tez rast gəlinən, ictimai əlaqələri, iş həyatını və həyatı formalaşdıran, müxtəlif intensivliklərdə meydana çıxan bir duyğu olaraq ifadə olunur (Aydınlı, 2014). Yeniyetməlik dövründə müxtəlif həyati təcrübələrin yaşanması,yeniyetməlik dövrünün özünəməxsus problemləri yeniyetmənin sıx qəzəb yaşamasına səbəb ola bilər. Özünü lazımi şəkildə ifadə edə bilməyən və ya ətrafı tərəfindən başa düşülə bilməyən yeniyetmələrin qəzəb hissi, duyğuları və təcrübələri ilə necə mübarizə aparacaqlarını bilmədikləri müddətcə zaman keçdikcə bu duyğu onlarda disharmoniya, aqressiya, zorakılıq və hətta intihar meyllərinə çevrilə bilər. Bu dövrdə qəzəbə səbəb olan amillər sosial səbəblərdir. Yeniyetməni ələ salmaq, ona yalan danışmaq, ədalətsiz rəftar, istehzal ifadələr, təkəbbür vəs qəzəb yaradan əsas amillərdir. Çox vaxt yeniyetmələr cəmiyyətdə qəzəb və incikliklərini nə vaxt, kimə qarşı ifadə edəcəklərini, nə vaxt basdıracaqlarını bilib böyüyürlər. Məhz buna görə də bu dövrdə basdırılan psixoloji problemə səbəb olmadan ələ alınmalıdır. Çünki qəzəb və depressiya, depressiya ,qəzəb və intihar riski arasında qarşılıqlı bir birinə təkan verən əlaqə var (Özalp,2018). Qəzəb ən çox şəxsiyyətlərarası kontekstlərdə yaşanır. Yeniyetməlik dövrü həmyaşıdları ilə münasibətlərin xüsusi aktualıq qazandığı və fərdlərin şəxsiyyətlərarası yaxınlıq kimi xüsusi sosial ehtiyaclarını ödəməyə çalışdığı həyat dövrüdür. Və qəzəbin sosial münasibətlərin keyfiyyətinin aşağı sala biləcəyini nəzərə alsaq, bu dövrdə həddindən artıq qəzəb yaşayan və bunu ifadə edən yeniyetmənin tənhalıq da yaşaya biləcəyini gözləmək məqsədəuyğundur. Qəzəb insan təcrübəsinin təbii bir hissəsidir. Məqsədlərinə çatmaq çətin olduqda insanların qəzəblənməsi normaldır. Bununla belə, fərdlərin qəzəbə necə reaksiya verməsi xüsusilə vacibdir. Əslində qəzəbi yaşayan hər bir insan tənhalıq yaşamaya bilər. Bunu biz emosiyaların tənzimlənməsi bacarıqları ilə izah edə bilərik. Çünki qəzəbə fərqli reaksiya verərək biz onu fərqli nəticələrə gətirib çıxara bilərik. Məsələn qəzəbin öhdəsindən gələn uşaqlar və yeniyetmələr bir sıra psixoloji problemlərin təşviş, depressiya vəs yaranmasının qarşısını alırlar. Emosiyaların tənzimlənməsi insanların sahib olduqları duyğuların növünə və bu duyğuları necə yaşayıb ifadə etmələrinə bağlı bir prosesdir. Qeyd etmək vacibdir ki, fərdlər yeniyetməlik dövründə öz emosiyalarını

tənzimləməkdə getdikcə müstəqil olurlar bu da onlarda qəzəb və təklilik arasındakı əlaqəyə təsir edə bilər (Brittany L,2014). Son olaraq qeyd edim ki, yeniyetməlik dövründə həmyaşlıq münasibətləri fərdin fəaliyyəti üçün valideyn münasibətlərindən daha vacib olduğu üçün münasibətlərdə yaranan çətinliklər xroniki stressə səbəb ola bilər ki, bu da insanı psixologiyasının inkişafına ciddi təsir edir. Təşviş struktur olaraq insanın fəaliyyətinə müəyyən səviyyədə təsir edərək müəyyən səviyyədə şəxsin performansını artıran və insanı cəsarətləndirən bir təsire malikdir. Yəni təşvişin , qəzəbin müəyyən səviyyədə olması insan üçün vacib əhəmiyyət kəsb edir. Ancaq həddindən artıq narahatlıq insanın özünə olan hörmətinin azalmasına səbəb olaraq performansının düşməsinə səbəb olur. Müsbət həmyaşlıq münasibətləri yeniyetmələri narahatlıq pozğunluqlarının inkişafından qoruya bilər. Mövcud akademik müvəffəqiyyətə və münasibətlərə təsir etməklə yanaşı, yeniyetmələrdə qəzəb psixososial inkişafa da təsir göstərir. Qəzəb özünə və başqa insanlara fiziki zərər vurma ehtimalı ilə yanaşı, yeniyetmələrin yaşlıları ilə münasibətlərinin pisləşməsinə, onların məktəbdən uzaqlaşdırılmasına və ya qovulmasına səbəb ola bilər. Qəzəb hər yaşda yaşana bilən bir duyğudur.Lakin hər yaşda yaşanan qəzəbin eyni xüsusiyyətlərə malik olduğunu və eyni səbəblərdən meydana gəldiyini söyləmək mümkün deyil. Yeniyetməlik dövründə müxtəlif həyatı təcrübələrin yaşanması, yeniyetməlik dövrünün özünəməxsus problemləri yeniyetmənin sıx qəzəb yaşamasına səbəb ola bilər.

II. FƏSİL. TƏDQIQATIN METOD VƏ METODİKALARI

2.1. Tədqiqatın keçirildiyi yer və iştirakçıların seçimi

Tədqiqat Rövşən Əliyev adına 254 №-li tam orta məktəbdə təsadüf seçim üsuli ilə 90 respondentin tədqiqata cəlb olunması ilə həyata keçirilmişdir. Tədqiqat 1 ay ərzində sinif bölgüləri əsasında aparılmışdır. Bu müddət ərzində 9,10, və 11-ci siniflər olaraq ardıcıl testlər keçirilmişdir.

Test və razılıq vərəqəsi haqqında məlumatlar hər biri sinifdə qrup şəklində izah olunmuşdur. Həmçinin tədqiqatın aparılma məqsədi və hədəfləri şagirdlərə izah edilmişdir.

Tədqiqat dörd mərhələdə keçirilmişdir:

İlkin mərhələdə - tədqiqatın mövzusu, dizaynı, tətbiq olunacaq cədvəllər müzakirə olunmuş və seçilmişdir.

İkinci mərhələ - klinik mərhələ sayılır və tədqiqatın aparılması başlanmışdır. 9, 10, 11-ci sinifdə oxuyan yeniyetmələr təyin edilmiş, randomizə şəkildə müvafiq qruplara ayrılaraq testlər izah edilərək tətbiq edilmişdir.

Üçüncü mərhələdə yeniyetmələrin testlərinin nəticələri hesablanmış və hər bir yeniyetmənin nəticəsi işlənmişdir.

Dördüncü mərhələdə məlumatlar SPSS (Statistical Package for the Social Sciences (26.0)) daxil edilərək, analiz olunmuşdur. Aparılmış tədqiqatın nəticələrinin ümumiləşdirilməsi isə beşinci mərhələni əhatə edir.

Tədqiqata cəlb olunanlar Rövşən Əliyev adına 254 №-li tam orta məktəbdə təhsil alan şəxslərdən ibarətdir. Araşdırmaya cəlb olunanlar 14-17 yaş arası yeniyetmələr təşkil edir. Hər bir yeniyetməyə tədqiqatın məqsədi haqqında informasiya verilmiş və onların tədqiqatın istənilən mərhələsində iştirak etməkdən imtina etmək səlahiyyətinin olduğu izah edilmişdir. Beləliklə, tədqiqatda iştirak edənlər məlumatlı razılıq vermişdirlər.

Tədqiqata cəlb edilən respondentlər bir sıra meyarlar əsasında seçilmişlər:

- 14-17 yaş arası yeniyetmələr
- Tədqiqata istekli şəkildə razılıq verən yeniyetmələr
- Zəka yetərsizliyi olan yeniyetmələrin iştirakının məhdudlaşdırılması

2.2. Metodikalar

Eksperimentdə aşağıdakı tədqiqat materiallarından istifadə olunmuşdur:

- Xüsusi işlənərək hazırlanan anket vasitəsi ilə sosio-demografik göstəricilər qeydə alınmışdır. Tədqiqatda iştirak edən şəxslər haqqında bu anketə əsasən məlumat alınmışdır.
- Təşvişin ölçülməsi üçün Hamilton Təşviş Reytingi Cədvəli (HARS) istifadə edilmişdir.

Bu cədvəl 1959-cu ildə prof. Dr. M.Hamilton (Lids Universiteti, İngiltərə) tərəfindən yaradılmışdır. HARS bu gün həm klinik, həm də tədqiqat şəraitində geniş istifadə olunur. Cədvəl, hər biri bir sıra simptomlarla təyin olunan 14 maddədən ibarət olub həm psixi təşvişi (zehni ajitasiya və psixoloji distres), həm də somatik narahatlığı (həyəcanla əlaqəli fiziki şikayətlər) ölçür. Cədvəlin etibarlılığı məqbul səviyyədədir. O, hər biri bir sıra simptomları göstərən 14 bənddən ibarətdir. Hər bənd 5 ballıq Likert üsulu ilə, 0-dan (yoxdur) 4-dək (kəskin ağır dərəcədə) dəyərləndirilir. Qiymətləndirmə təxminən 5-10 dəqiqə davam edir. Ümumi bal 0-56 arasında dəyişir. Burada <17 bal yüngül, 18-24 bal orta, 25-30 bal ağır dərəcəni göstərir. Yekun nəticə balların toplanması ilə əldə olunur. Cədvəlin həssaslığı 85.7%, spesifikliyi 63.5%-dir.

- Agresiyanın ölçülməsi üçün A.Bass və A.Darkı aqressiyanın göstəriciləri və formalarının diaqnostikasının metodikası istifadə olunmuşdur. A.K.Osnitski tərəfindən uyğunlaşdırılmışdır. Verilmiş mülahizələri oxuyaraq və ya dinləyərək onların sizin davranış stilinizə, sizin həyat tərzinizə nə qədər uyğun gəldiyini təxminən müəyyən edin və dörd mümkün cavabdan bəli, yəqin ki, bəli, yəqin ki, xeyir, xeyr - birini seçmək təklif olunmuşdur. Test 75 sualdan ibarətdir. Hər bir sual cavablandıqdan sonra hesablama göstəricilərinə əsasən aqresiyanın hansı növünün (fiziki aqresiya , dolayı aqresiya , acıqlanma , neqativizm , incimə , şübhəlilik, verbal aqresiya , günah hissi) üstünlük təşkil etdiyini müəyyənləşdiririk. Düşmənçilik hissi özünü 5 və 6 ci bəndlərdə , aqresivlik isə özünü (bir başa və ya motivasiya xarakterli) 1, 3, 7 ci bəndlərdə göstərir.
- Digər anketim 1994-cü ildə Griffin və Bartholomew tərəfindən hazırlanmış və Sümer və Güngör (1999) tərəfindən türk dilinə uyğunlaşdırılan Münasibətlər Sorgusu anketi ,yaxın münasibətlərdə dördlü bağlanma tərzini (güvənli, laqeyd, qorxulu və obsesif) ölçmək məqsədi daşıyan 17 maddə və dörd alt ölçüdə ibarət anketdir. Yaxın emosional münasibətlərinizdə necə hiss etdiyinizə dair müxtəlif ifadələr verilmişdir. Yaxın emosional münasibət dedikdə dostluq, yoldaşlıq, romantik münasibətlər və s. nəzərdə tutulur. Hər bir ifadənin sizi nə dərəcədə yaxşı təsvir etdiyini aşağıdakı 7 ballıq şkala ilə qiymətləndirin. Güvənli bağlanma tərzini ifadə edən 5 maddə toplanılır bunlar (3,7,8,10 və 17ci) maddələrdir. Laqeyd bağlanma tərzini ifadə edən suallar toplanılır bunlar (2,5,12,13 və 16) maddədir. Qorxulu bağlanma tərzini ifadə edən suallar toplanılır bunlar (1,4,9 və 14), obsesif bağlanma tərzini ölçən suallar toplanılır bunlar (5,6,11 və 15) maddələrdir. Hər bir maddə razıyam , razı deyiləm , tamamilə razıyam ifadələrinin yer aldığı 7 ballıq şkala ilə qiymətləndirilmişdir.

Nəticələrin analizi SPSS-26.0 proqramı ilə həyata keçirilmişdir. Əhəmiyyətliyin səviyyəsi ($p < 0.05$) olmalıdır. Sosio-demoqrafik göstəricilər təsviri statistika üsulları ilə analiz edilmişdir. Hər bir yeniyetməyə tədqiqatın məqsədi, gedişatı haqqında məlumat verilmiş və hər birinin anonimliyinin qorunacağı bildirilmişdir. Onların tədqiqatın istənilən mərhələsində iştirak etməkdən imtina etmək hüquqlarının olması ilə bağlı məlumat izah edilmişdir. İştirakçılar bunları anladıklarını bildirərək, məlumatlı razılıq vermişdirlər.

III.FƏSİL. ALINAN NƏTİCƏLƏR VƏ ONLARIN MÜZAKİRƏSİ

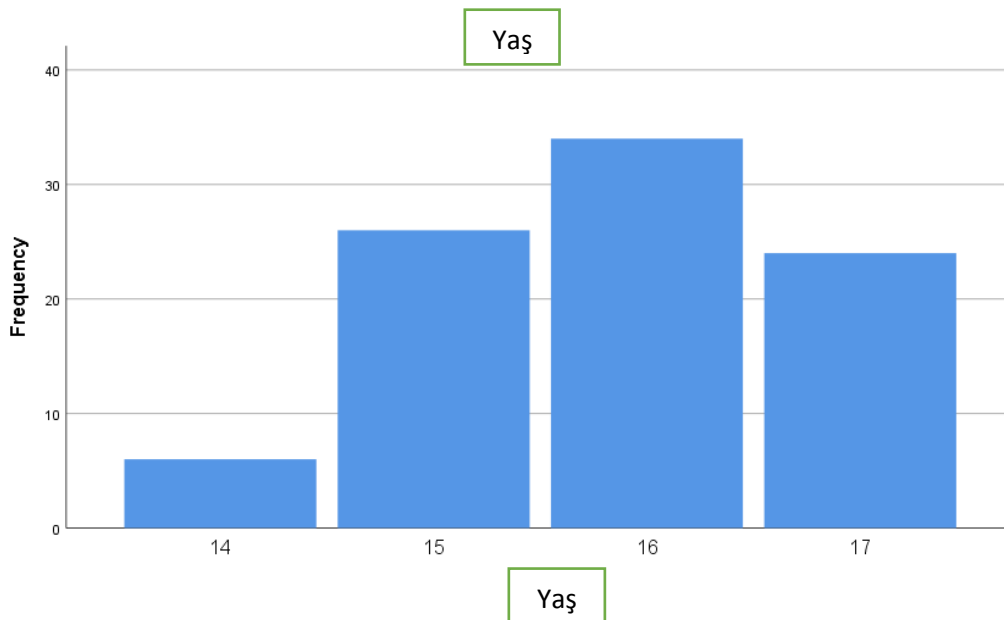
3.1. Eksperimentə cəlb olunmuş yeniyetmələrin demoqrafik göstəricilərinin eksperimental təhlili

Tədqiqatda sonadək n=90 yeniyetmə iştirak etmişdir. Nəticələr həmin yeniyetmələrin göstəricilərinə əsasən analiz olunmuşdur. Təsviri statistik təhlillər əsasında sosial – demoqrafik göstəricilərin say və faiz nisbəti müəyyən olunmuşdur. Tədqiqatda iştirak edən yeniyetmələrin yaş bölgüsünə görə statistik təsviri aşağıdakı cədvəldə verilmişdir (Cədvəl 1.)

Cədvəl 1.Yeniyetmələrin yaşa görə təsviri statistik təhlili

	İştirakçıların sayı	İştirakçıların faiz nisbəti	Etibarlı faiz dəyəri	Kumulyativ faiz
14 yaş	6	6.7	6.7	6.7
15 yaş	26	28.9	28.9	35.6
16 yaş	34	37.8	37.8	73.3
17 yaş	24	26.7	26.7	100.0
Ümumi	90	100.0	100.0	

Qrafik 1.



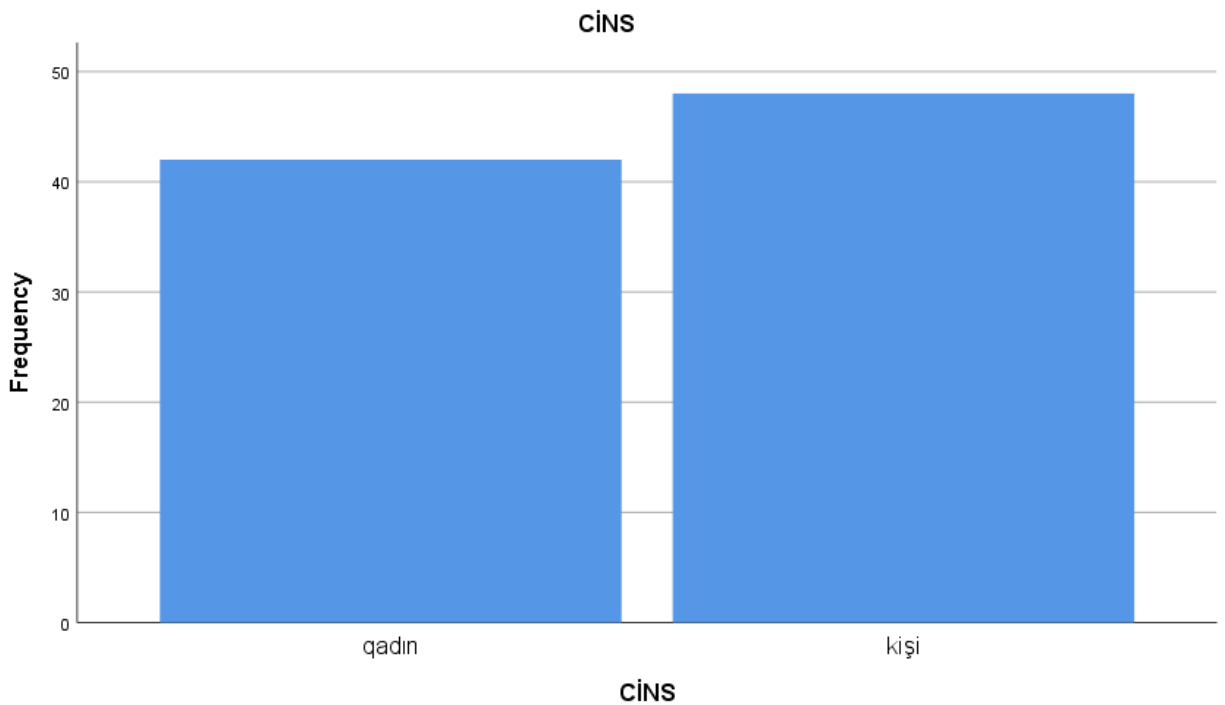
Yeniyetmələrin yaş göstəricilərinin say və faiz nisbətində baxdıqda 14 yaşlı yeniyetmələr iştirak sayı 6 (6.7%) nəfər , 15 yaşlı yeniyetmələr 26 (28.9%) nəfər , 16 yaşlı yeniyetmələr 34 (37.8%) nəfər , 17 yaşlı yeniyetmələr 24 (26.7%) nəfər təşkil etdiyini görürük.Ən çox 16 yaşlı yeniyetmələr, ən az isə 14 yaşlı yeniyetmələr tədqiqatda iştirak etmişdir.

Yeniyetmələrin cins bölgüsünə görə statistik təsviri aşağıdakı cədvəldə verilmişdir(Cədvəl 2.)

Cədvəl 2. Yeniyetmələrin cins bölgüsünə görə statistik təhlili

	İştirakçıların Sayı	İştirakçıların faiz nisbəti	Etibarlı faiz dəyəri	Kumulyativ faiz
Qadın	42	46.7	46.7	46.7
Kişi	48	53.3	53.3	100.0
Ümumi	90	100.0	100.0	

Qrafik 2.



Yeniyetmələrin cins bölgüsünə görə qadın iştirakçı sayı 42 (46.7%) nəfər, kişi iştirakçı sayı 48 (53.3%) nəfər iştirakçı sayı təşkil etdiyini görürük.

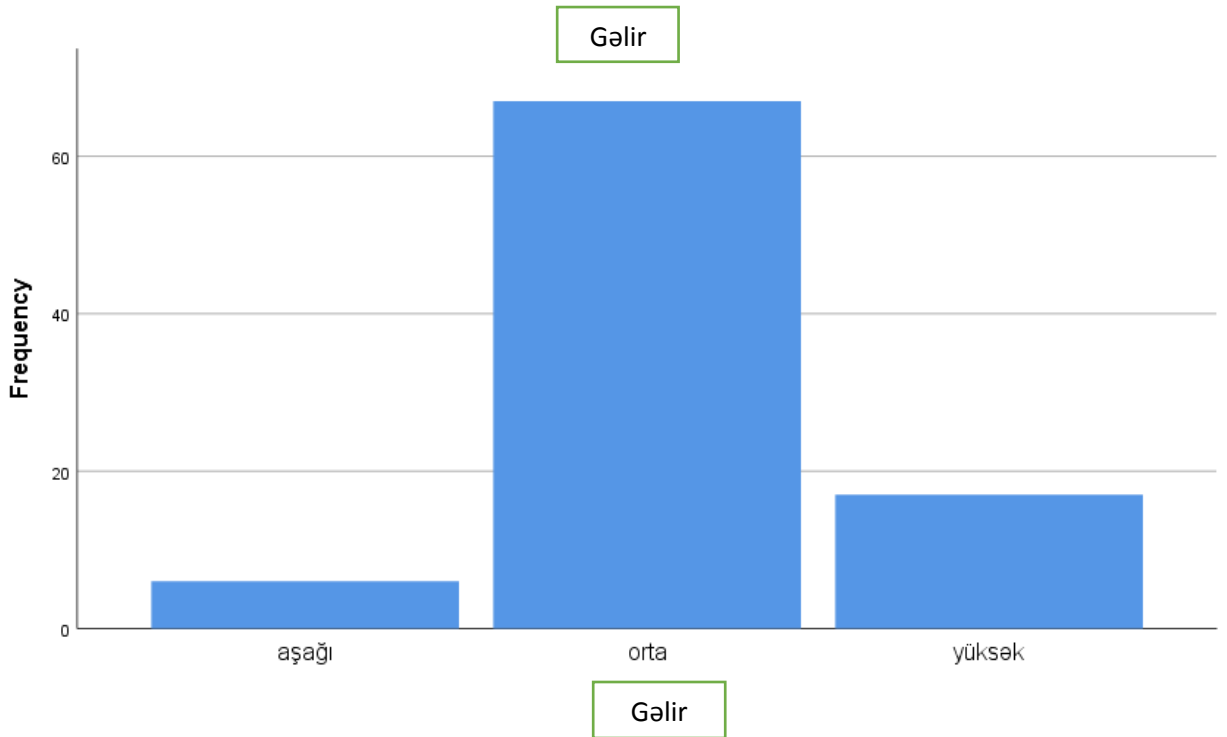
Yeniyetmələrin ailələrini iqtisadi vəziyyətinin statistik təhlili aşağıdakı cədvəldə verilmişdir (Cədvəl 3.)

Cədvəl 3. Yeniyyətlərin ailələrini iqtisadi vəziyyətinin statistik təhlili

	İştirakçıların Sayı	İştirakçıların faiz nisbəti	Etibarlı faiz dəyəri	Kumulyativ faiz
Aşağı	6	6.7	6.7	6.7
Orta	67	74.4	74.4	81.1
Yüksək	17	18.9	18.9	100.0
Ümumi	90	100.0	100.0	

Yeniyyətlərin ailələrinin iqtisadi vəziyyətinə baxdıqda aşağı gəlirli ailələrin sayı 6 (6.7%) , orta gəlirli ailələrin sayı 67 (74.4%) , yüksək gəlirli ailələrin sayı isə 17 (18.9%) təşkil edir. Yeniyyətlər arasında orta gəlirli ailələr çoxluq təşkil edir.

Qrafik 3.

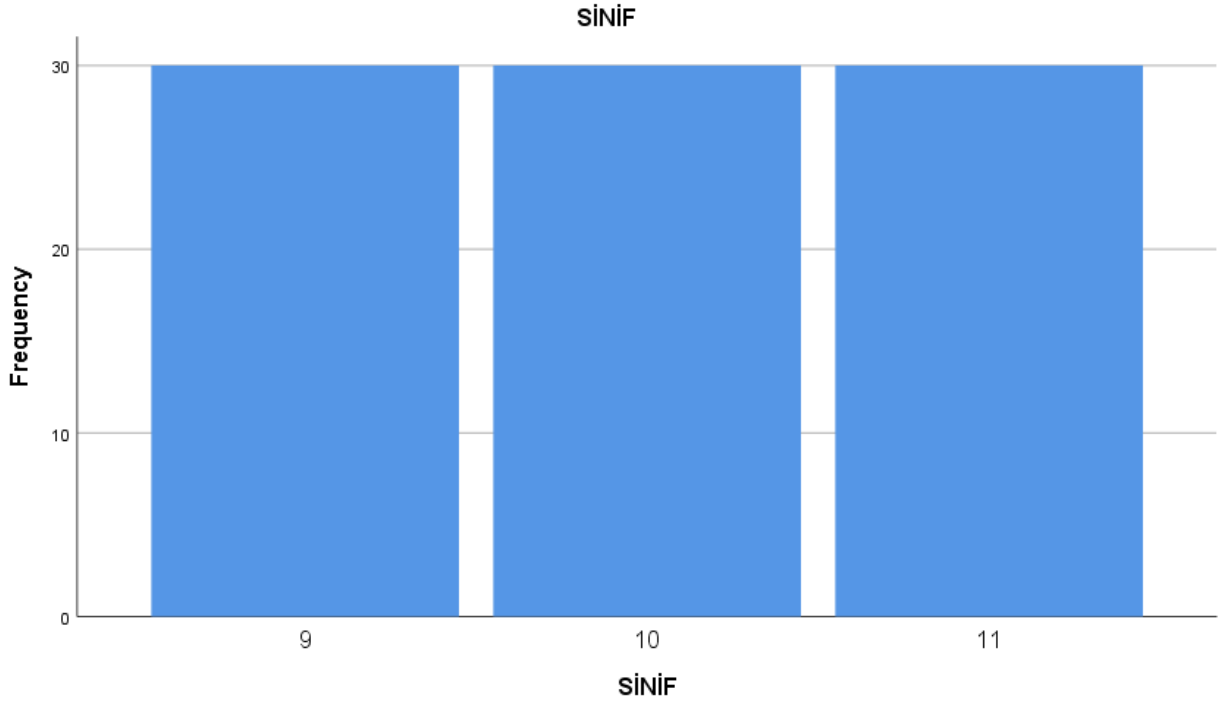


Yeniyyətlərin sinif bölgələrinin statistik təhlili aşağıdakı cədvəldə verilmişdir (Cədvəl 4.)

Cədvəl 4. Yeniyyətlərin sinif bölgələrinin statistik təhlili

	İştirakçıların Sayı	İştirakçıların faiz nisbəti	Etibarlı faiz dəyəri	Kumulyativ faiz
9 –cu sinif	30	33.3	33.3	33.3
10-cu sinif	30	33.3	33.3	66.7
11-ci sinif	30	33.3	33.3	100.0
Ümumi	90	100.0	100.0	

Qrafik 4.



Tədqiqatda 9 ,10 və 11 ci siniflərdən bərabər sayda 33.3% 9 cu sinif , 33.3% 10 cu sinif , 33.3% 11 ci sinif iştirak etmişdir.

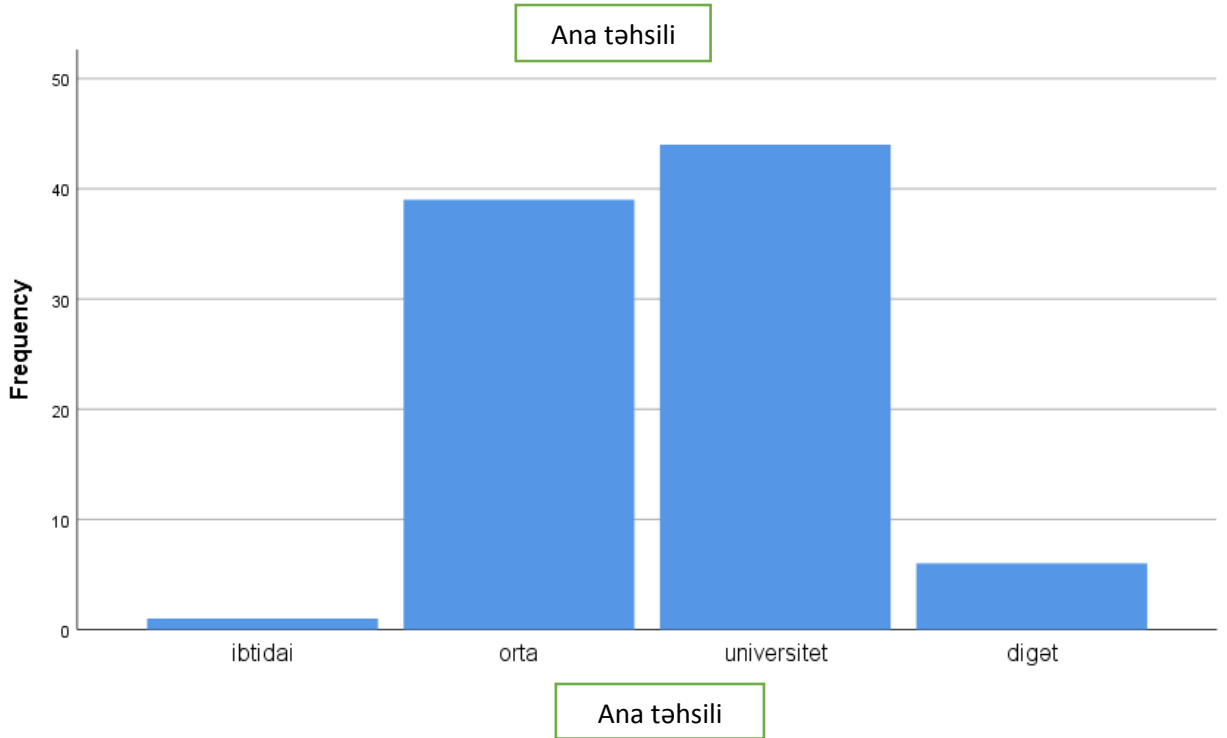
Yeniyyətələrin analarının təhsil səviyyəsinin təsviri statistik təhlili aşağıdakı cədvəldə verilmişdir (Cədvəl 5.)

Cədvəl 5. Yeniyyətələrin analarının təhsil səviyyəsinin təsviri statistik təhlili

	İştirakçıların sayı	İştirakçıların faiz nisbəti	Etibarlı faiz dəyəri	Kumulyativ faiz
İbtidai təhsil	1	1.1	1.1	1.1
Natamam orta təhsil	39	43.3	43.3	44.4
Ali təhsil	44	48.9	48.9	93.3
Digər	6	6.7	6.7	100.0
Ümumi	90	100.0	100.0	

Yeniyyətələrin analarının təhsil səviyyəsinin təsviri zamanı 1 ana (1.1%), natamam orta təhsil 39 ana (43.3%), ali təhsil 44 ana (48.9%) müəyyən olunmuşdur. Bu respondentlərdən 6 yeniyyətə analarının təhsili haqqında dəqiq məlumatı olmadığı cavabı vermişdir. Bu respondentlərin 6.7%- ni təşkil edir.

Qrafik 5.



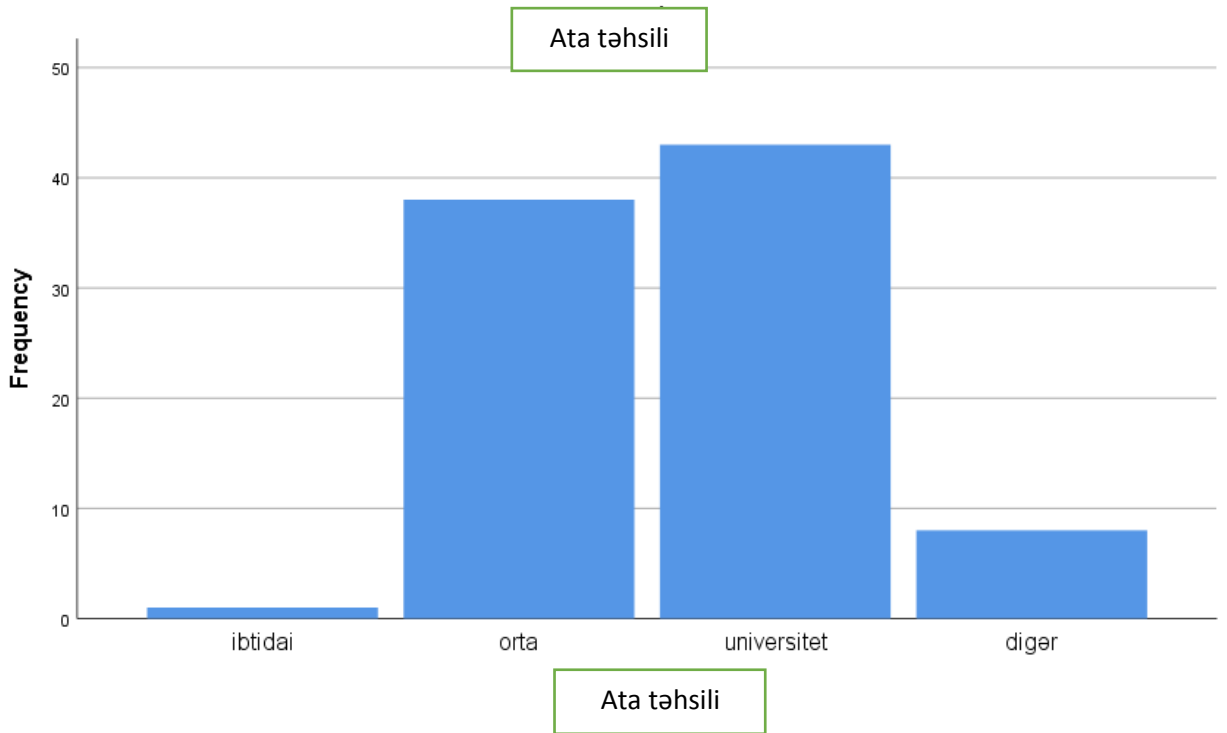
Yeniyyətlərin atalarının təhsil səviyyəsinin təsviri statistik təhlili aşağıdakı cədvəldə verilmişdir (Cədvəl 6.)

Cədvəl 6. Yeniyyətlərin atalarının təhsil səviyyəsinin təsviri statistik təhlili

	İştirakçıların Sayı	İştirakçıların faiz nisbəti	Etibarlı faiz dəyəri	Kumulyativ faiz
İbtidai təhsil	1	1.1	1.1	1.1
Natamam orta təhsil	38	42.2	42.2	43.3
Ali təhsil	43	47.8	47.8	91.1
Digər	8	8.9	8.9	100.0
Ümumi	90	100.0	100.0	

Yeniyyətlərin atalarının təhsil səviyyəsinin təsviri zamanı 1 ata (1.1%), natamam orta təhsil 38 ata (42.2%), ali təhsil 43 ata (47.8%) müəyyən olunmuşdur. Bu respondentlərdən 8 yeniyyətə atalarının təhsili haqqında dəqiq məlumatı olmadığı cavabı vermişdir. Bu respondentlərin 8.9 %-ni təşkil edir.

Qrafik 6.



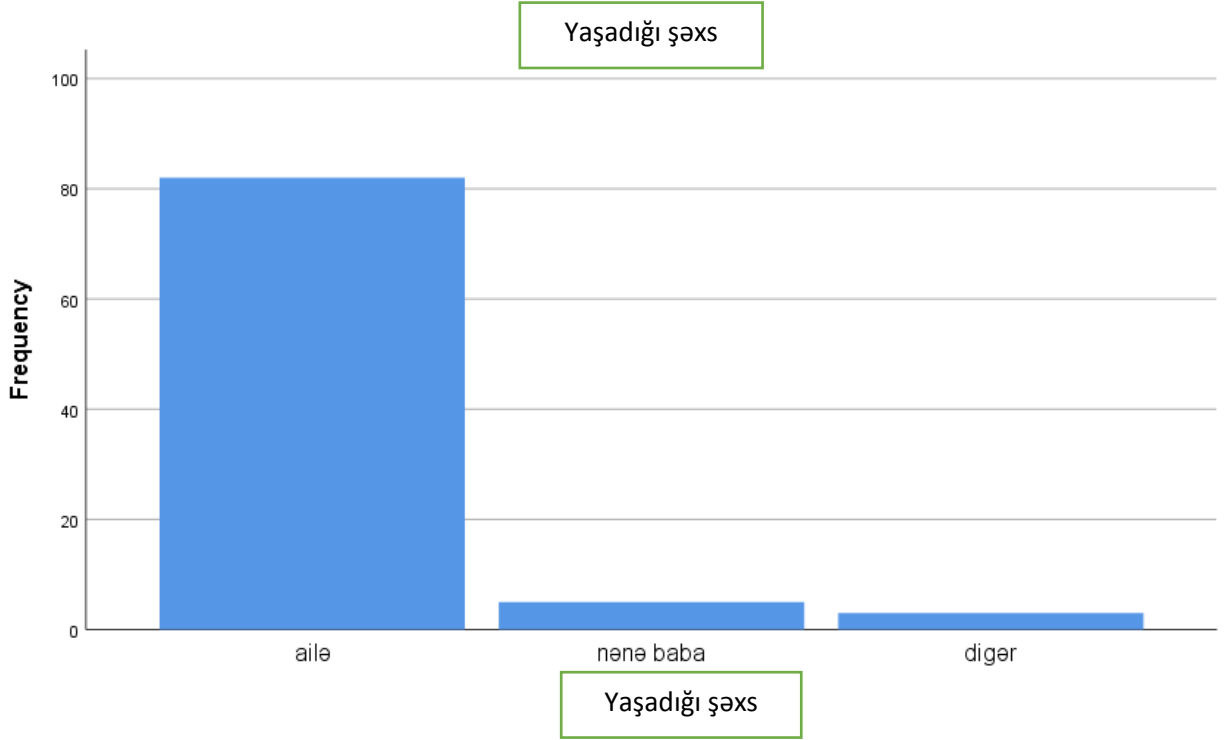
Yeniyetmələrin ailə daxilində kimlərlə yaşadığı haqqında təsviri statistik təhlili aşağıdakı cədvəldə verilmişdir (Cədvəl 7.)

Cədvəl 7. Yeniyetmələrin ailə daxilində kimlərlə yaşadığı haqqında təsviri statistik təhlili

	İştirakçılarn sayı	İştirakçılarn faiz nisbəti	Etibarlı faiz dəyəri	Kumulyativ faiz
Ailə	82	91.1	91.1	91.1
Nənə və baba	5	5.6	5.6	96.7
Digər	3	3.3	3.3	100.0
Ümumi	90	100.0	100.0	

Yeniyetmələrin ailə daxilində kimlərlə yaşadığı haqqında statistik təhlilə əsasən 82 (91.1%) nəfər iştirakçı ailəsi ilə birlikdə , 5 (5.6%) nəfər iştirakçı nənə və babası ilə birlikdə ,3 (3.3%) iştirakçı isə qohum ,yaxın çevrə ilə yaşadığı haqqında cavablandırmışdır.

Qrafik 7.



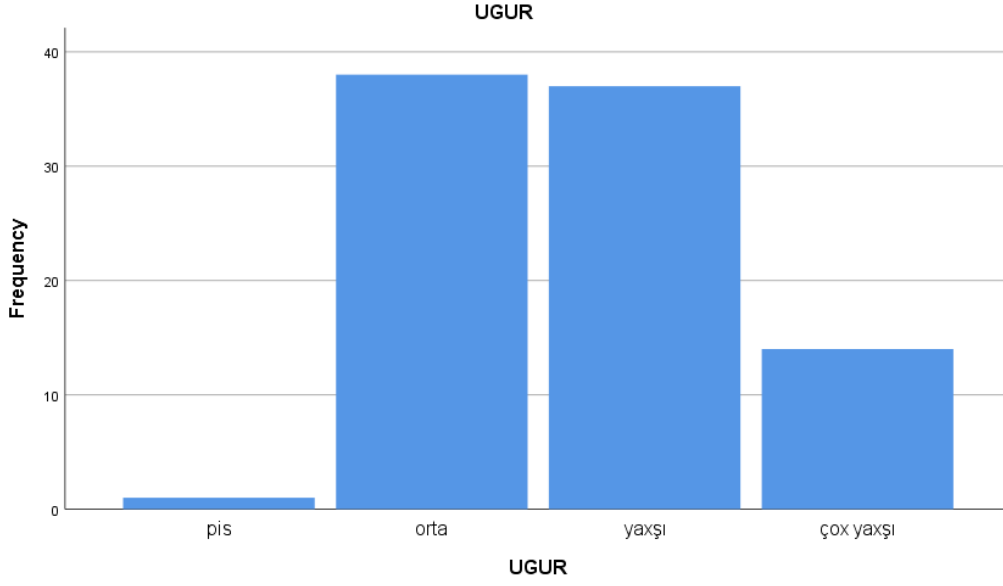
Yeniyyətlərin məktəb uğurunun qiymətləndirilməsi haqqında təsviri statistik təhlili aşağıdakı cədvəldə verilmişdir (Cədvəl 8.)

Cədvəl 8 . Yeniyyətlərin məktəb uğurunun qiymətləndirilməsi haqqında təsviri statistik təhlili

	İştirakçıl rın sayı	İştirakçıl rın faiz nisbəti	Etibarlı faiz dəyəri	Kumulyativ faiz
Pis	1	1.1	1.1	1.1
Orta	38	42.2	42.2	43.3
Yaxşı	37	41.1	41.1	84.4
Çox yaxşı	14	15.6	15.6	100.0
Ümumi	90	100.0	100.0	

Yeniyyətlərin məktəb uğurunun göstəricilərinə əsasən 1 (1.1%) iştirakçı məktəb uğuru pis, 38 (42.2%) iştirakçı orta , 37 (41.1%) iştirakçı yaxşı , 14 (15.6%) iştirakçı çox yaxşı məktəb uğuru göstəriciləri cavablandırmışdır.

Qrafik 8.



Uğur

Yeniyyətlərin ailədən ən az iki ay ayrı yaşaması haqqında təsviri statistik təhlili aşağıdakı cədvəldə verilmişdir (Cədvəl 9.)

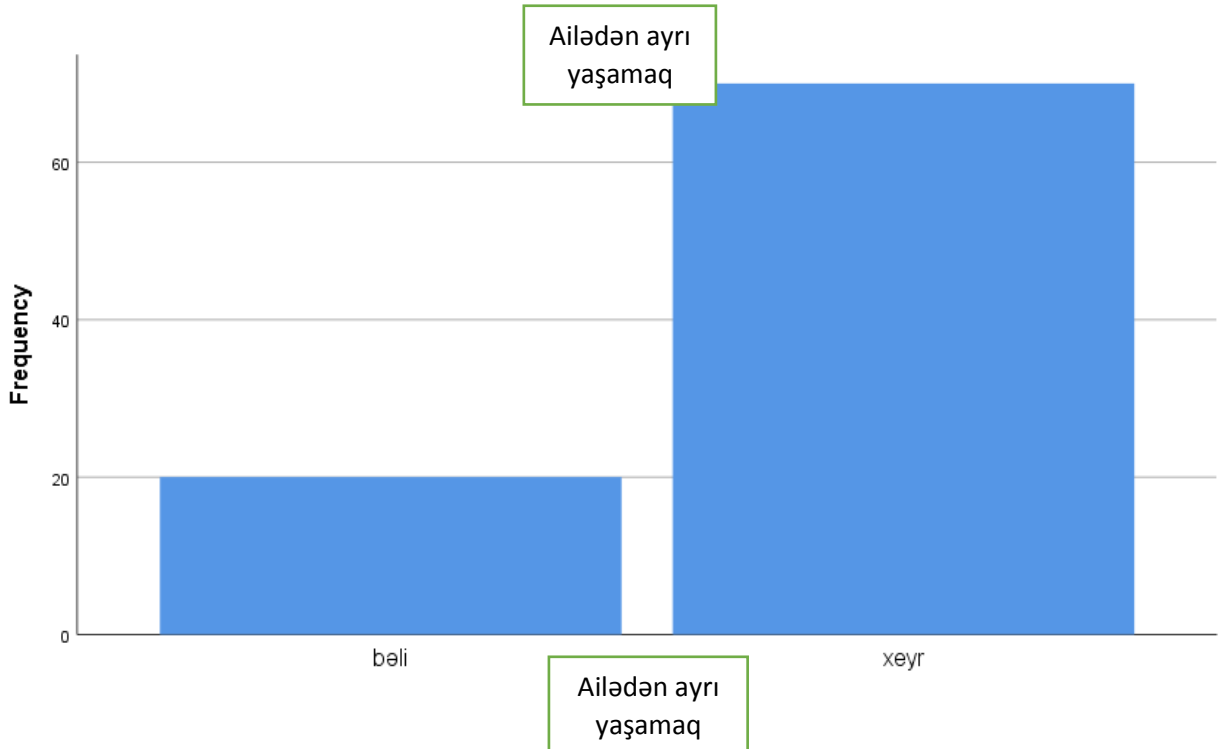
Cədvəl 9. Yeniyyətlərin ailədən ən az 2 ay ayrı yaşaması haqqında təsviri statistik təhlili

	İştirakçıların Sayı	İştirakçıların faiz nisbəti	Etibarlı faiz dəyəri	Kumulyativ faiz
Bəli	20	22.2	22.2	22.2
Xeyr	70	77.8	77.8	100.0
Ümumi	90	100.0	100.0	

Uğur

Cədvəldən göründüyü kimi bəli cavabını 20 (22.2%) nəfər, xeyr cavabını 70 (77.8%) nəfər yeniyyətə qeyd etmişdir.

Qrafik 9.



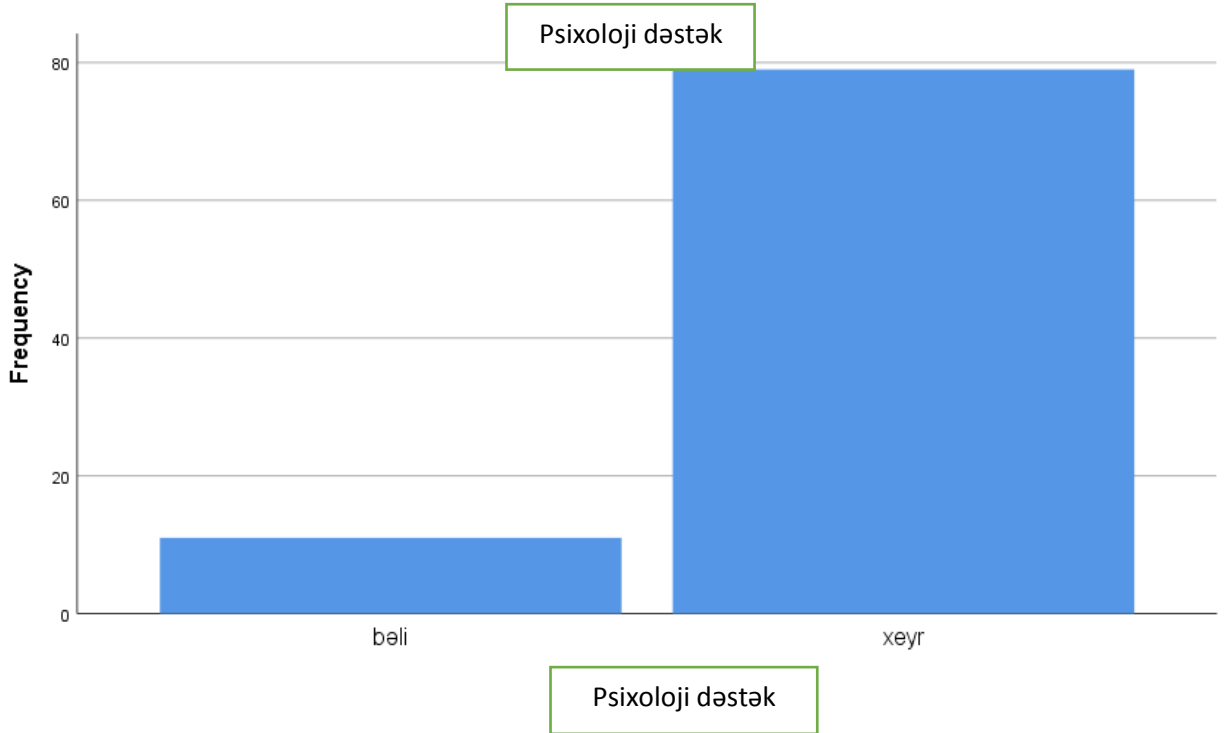
Anketin digər bir sualı yeniyetmələrin psixoloji və ya psixiatrik dəstək alması olmuşdur. Yeniyetmələrin psixoloji və ya psixiatrik dəstək alması ilə bağlı məlumat aşağıdakı cədvəldə (Cədvəl 10) verilmişdir.

Cədvəl 10. Yeniyetmələrin psixoloji və ya psixiatrik dəstək alması haqqında təsviri statistik təhlili

	İştirakçıların Sayı	İştirakçıların faiz nisbəti	Etibarlı faiz dəyəri	Kumulyativ faiz
Bəli	11	12.2	12.2	12.2
Xeyr	79	87.8	87.8	100.0
Ümumi	90	100.0	100.0	

Cədvəldən göründüyü kimi bəli cavabını 11 (12.2%) nəfər, xeyr cavabını 79 (87.8%) nəfər yeniyetmə qeyd etmişdir. Və müəyyən olunmuşdur ki 11 nəfər iştirakçı psixoloji dəstək almışdır. 79 nəfər iştirakçı psixoloji dəstək almamışdır.

Qrafik 10.



Digər anket sualı yeniyetmələrin ailəsində psixiatrik xəstəlikdən əziyyət çəkənlərin statistik təhlilidir. (Cədvəl.11) də ailəsində psixiatrik xəstəlikdən əziyyət çəkənlərin sayı aşkarlanmışdır.

Cədvəl 11. Yeniyetmələrin ailəsində psixiatrik xəstəlikdən əziyyət çəkənlərin statistik təhlili

	İştirakçıların Sayı	İştirakçıların faiz nisbəti	Etibarlı faiz dəyəri	Kumulyativ faiz
Xeyr	90	100.0	100.0	100.0

Statistik təhlilə əsasən müəyyən olunmuşdur ki 90 (100%) iştirakçı xeyr cavabı verərək ailəsində psixiatrik xəstəlikdən əziyyət çəkən aşkarlanmadığını qeyd etmişdir.

Qrafik 11.



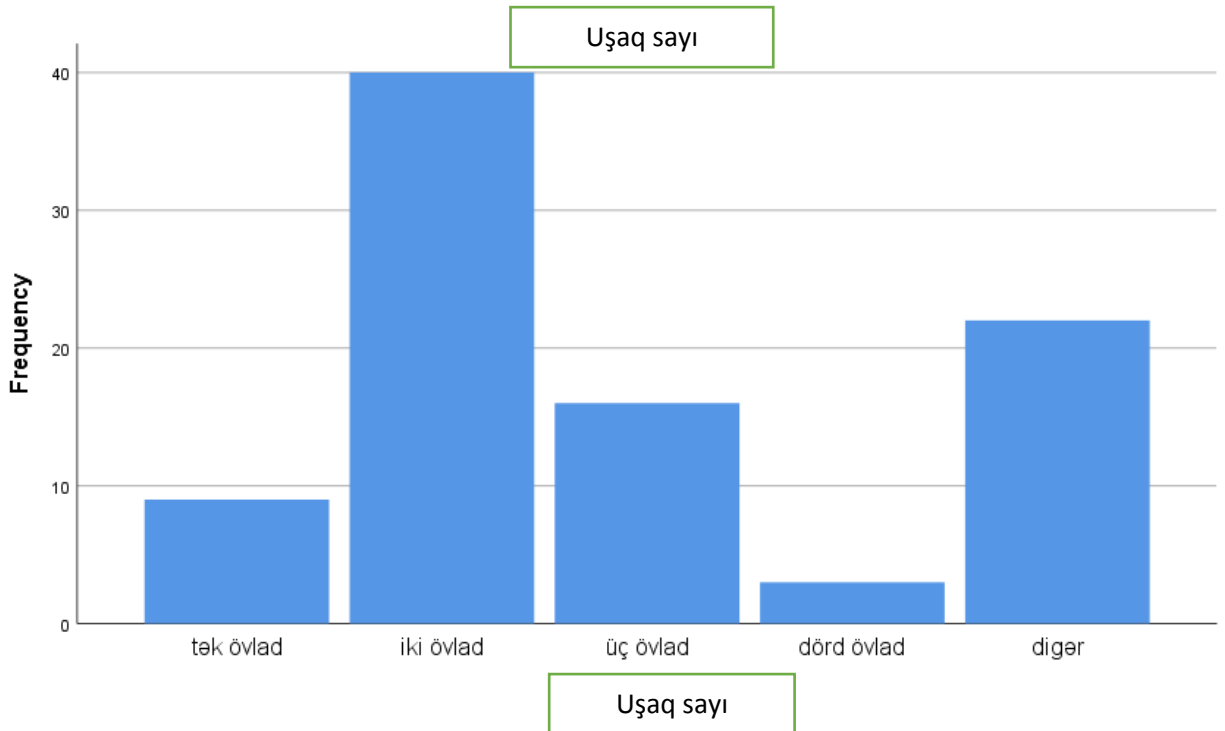
Yeniyyətlərin ailələrində özləri daxil neçə övlad olduğunun statistik təhlili aşağıdakı cədvəldə göstərilmişdir (Cədvəl 12.)

Cədvəl 12. Yeniyyətlərin ailələrində özləri daxil neçə övlad olduğunun statistik təhlili

	İştirakçıların Sayı	İştirakçıların faiz nisbəti	Etibarlı faiz dəyəri	Kumulyativ faiz
Tək övlad	9	10.0	10.0	10.0
İki övlad	40	44.4	44.4	54.4
Üç övlad	16	17.8	17.8	72.2
Dörd övlad	3	3.3	3.3	75.6
Digər	22	24.4	24.4	100.0
Ümumi	90	100.0	100.0	

Cədvəldə görüldüyü kimi 9 (10.0%) yeniyyətə ailədə tək övladdır , 40 (44.4%) yeniyyətə ailədə iki övladdır , 16 (17.8%) yeniyyətə ailədə üç övladdır, 3 (3.3%) yeniyyətə ailədə dörd övladdır , 22 (24.4 %) yeniyyətə isə digər cavabını vermişdir.

Qrafik 12.



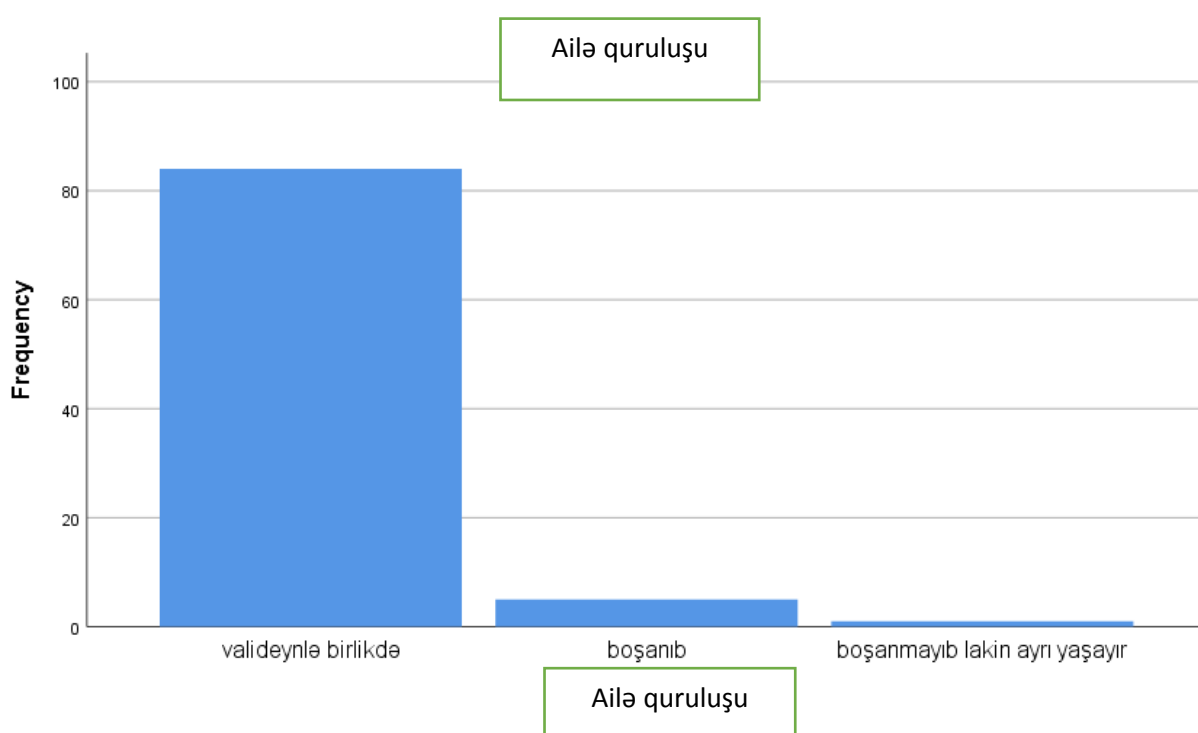
Anketin digər sualı yeniyyətlərin ailə quruluşunun statistik təhlilidir. Aşağıdakı Cədvəl 13.də valideynləri birlikdə yaşayan yeniyyətlərin sayı 84 (93.3%) , valideynləri boşanan

yeniyetmələrin sayı 5 (5.6%) , valideynləri boşanmayıb lakin ayrı yaşayan yeniyetmələrin sayı 1 (1.1 %) dir.

Cədvəl 13. Yeniyetmənin ailə quruluşunun statistik təhlili

	İştirakçıların sayı	İştirakçıların faiz nisbəti	Etibarlı faiz dəyəri	Kumulyativ faiz
Valideynlə birlikdə	84	93.3	93.3	93.3
Boşanıb	5	5.6	5.6	98.9
Boşanmayıb lakin ayrı yaşayır	1	1.1	1.1	100.0
Ümumi	90	100.0	100.0	

Qrafik 13.



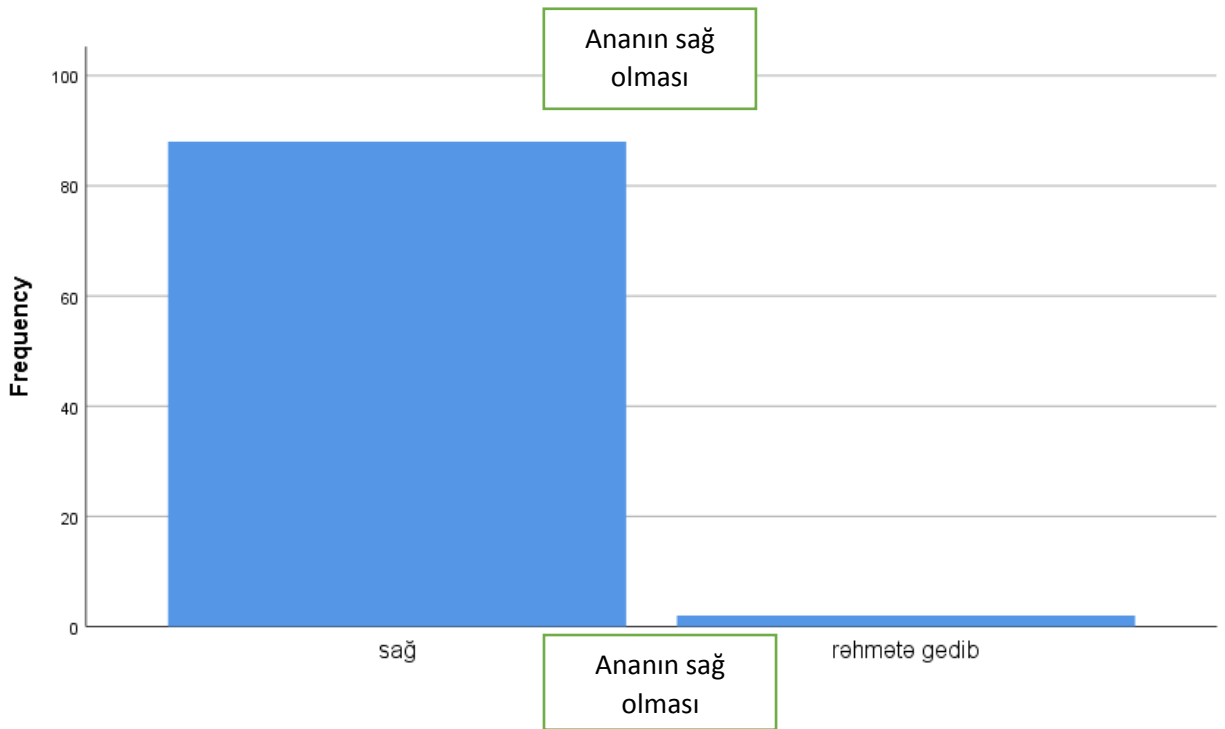
Cədvəl 14.də yeniyetmənin ailə üzvlərindən anasının həyatda olub olmamasının statistik təhlili aparılmışdır.

Cədvəl 14. Yeniyyətmanın ailə üzvlərindən anasının həyatda olub olmamasının statistik təhlili

	İştirakçıların sayı	İştirakçıları n faiz nisbəti	Etibarlı faiz dəyəri	Kumulyativ faiz
Sağ	88	97.8	97.8	97.8
Rəhmətə gedib	2	2.2	2.2	100.0
Ümumi	90	100.0	100.0	

Cədvəldən göründüyü kimi 88 (97.8%) yeniyyətmanın anası sağ , 2 (2.2 %) yeniyyətmanın anası həyatda yoxdur.

Qrafik 14.



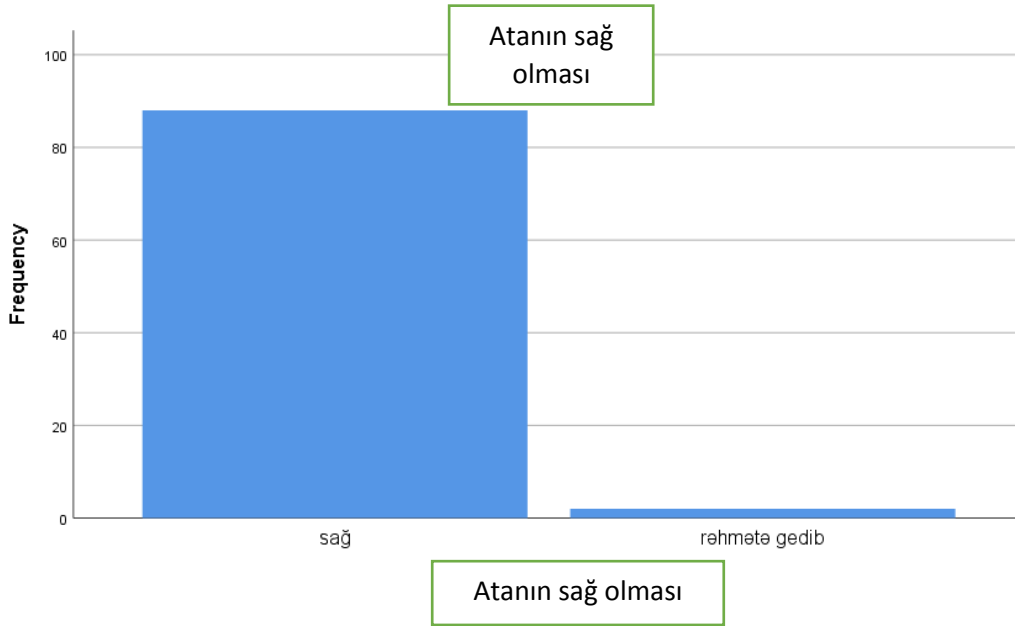
Cədvəl 15.də yeniyyətmanın ailə üzvlərindən atasının həyatda olub olmamasının statistik təhlili aparılmışdır.

Cədvəl 15. yeniyyətmanın ailə üzvlərindən atasının həyatda olub olmamasının statistik təhlili

	İştirakçıların sayı	İştirakçıları n faiz nisbəti	Etibarlı faiz dəyəri	Kumulyativ faiz
Sağ	88	97.8	97.8	97.8
Rəhmətə gedib	2	2.2	2.2	100.0
Ümumi	90	100.0	100.0	

Cədvəldən göründüyü kimi 88 (97.8%) yeniyetmənin atası sağ , 2 (2.2 %) yeniyetmənin atası həyatda yoxdur.

Qrafik 15.

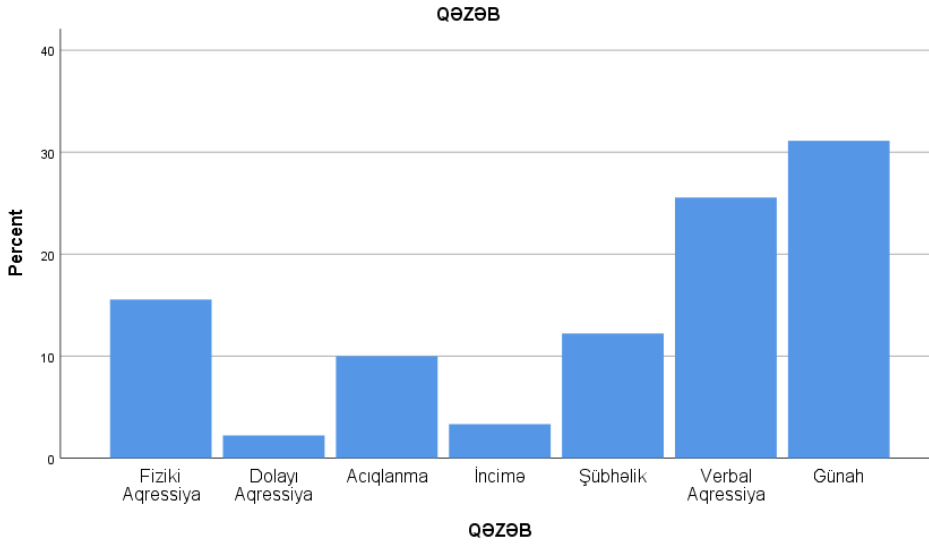


Cədvəl 16. göründüyü kimi qəzəbin növlərinin faiz nisbəti qeyd edilmişdir. Cədvəl 16 əsasən 14 nəfərdə (15.6 %) fiziki aqressiya , 2 nəfərdə (2.2 %) dolay aqressiya , 9 nəfərdə (10.0 %) acıqlanma , 3 nəfərdə (3.3 %) incimə , 11 nəfərdə (12.2 %) şübhəlilik , 23 nəfərdə (25.6%) verbal aqressiya müşahidə edilmişdir.

Cədvəl 16. Yeniyetmələrdə qəzəbin statistik təhlili

	İştirakçıların Sayı	İştirakçıların faiz nisbəti	Etibarlı faiz dəyəri	Kumulyativ faiz
Fiziki Aqressiya	14	15.6	15.6	15.6
Dolay Aqressiya	2	2.2	2.2	17.8
Acıqlanma	9	10.0	10.0	27.8
İncimə	3	3.3	3.3	31.1
Şübhəlilik	11	12.2	12.2	43.3
Verbal Aqressiya	23	25.6	25.6	68.9
Günah	28	31.1	31.1	100.0
Ümumi	90	100.0	100.0	

Qrafik 16.

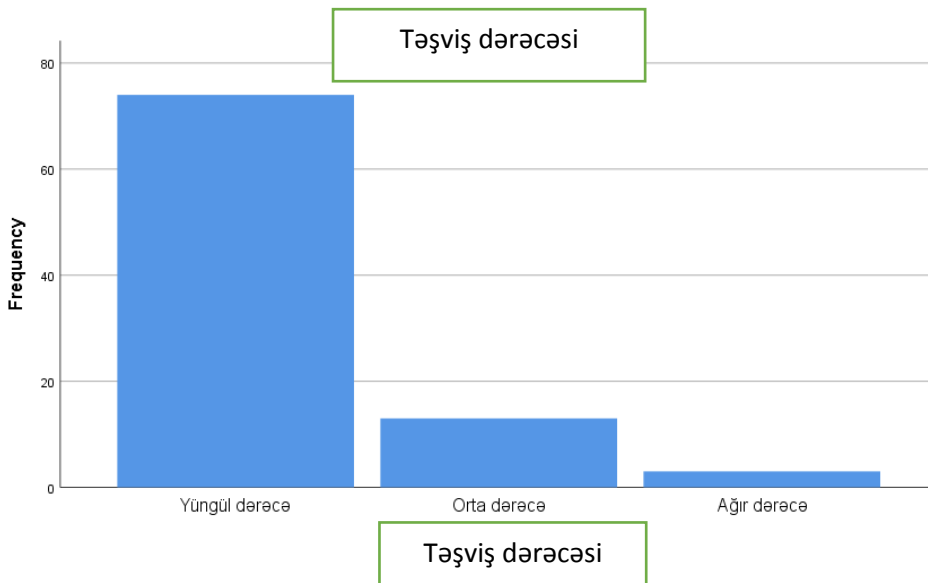


Cədvəl 17. Yeniyyətlərin təşviş dərəcəsinin statistik təhlili

	İştirakçıların sayı	İştirakçıların n faiz nisbəti	Etibarlı faiz dəyəri	Kumulyativ faiz
Yüngül dərəcə	74	82.2	82.2	82.2
Orta dərəcə	13	14.4	14.4	96.7
Ağır dərəcə	3	3.3	3.3	100.0
Ümumi	90	100.0	100.0	

Cədvəl 17. Yeniyyətlərin təşviş dərəcəsinin statistik təhlilidir. Cədvəldən görüldüyü kimi 74 nəfərdə (82.2 %) yüngül dərəcədə , 13 nəfərdə (14.4%) orta dərəcədə, 3 nəfərdə (3.3%) ağır dərəcədə təşviş müşahidə edilmişdir.

Qrafik 17.

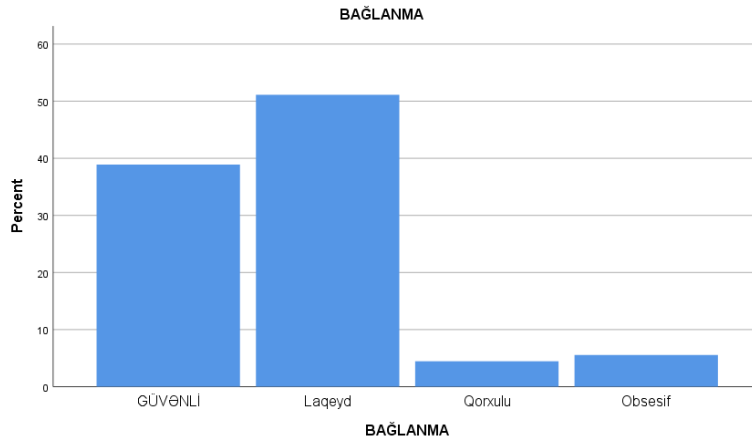


Cədvəl 18. Yeniyyətmələrin bağlanma tərzlərinin statistik təhlilidir. Cədvəldən göründüyü kimi 35 nəfər (38.9%) güvənli bağlanma , 46 nəfər (51.1%) güvənsiz (laqeyd) , 4 nəfər (4.4%) güvənsiz (qorxulu) , 5 nəfər (5.6%) güvənsiz (obsesif) nəticə göstərmişdir.

Cədvəl 18. Yeniyyətmələrin bağlanma tərzlərinin statistik təhlili

	İştirakçıların Sayı	İştirakçıların faiz nisbəti	Etibarlı faiz dəyəri	Kumulyativ faiz
GÜVƏNLİ	35	38.9	38.9	38.9
Laqeyd	46	51.1	51.1	90.0
Qorxulu	4	4.4	4.4	94.4
Obsesif	5	5.6	5.6	100.0
Ümumi	90	100.0	100.0	

Qrafik 18.



Beləliklə apardığımız sosio - demoqrafik göstəricilərin nəticələrinə uyğun olaraq tədqiqata cəlb olunan respondentlər arasında güvənli bağlanma stilinə sahib olan 35 nəfər yeniyyətə , güvənsiz bağlanma tərzinə sahib olan 55 nəfər yeniyyətə iştirak etmişdir. Belə qənaətə gəldik ki tədqiqatda iştirak edən güvənsiz bağlanma tərzinə sahib yeniyyətmələr daha çoxdur. 90 nəfər arasında təşviş və qəzəbin sosial demoqrafik göstəricilərinə nəzər salsaq yüngül təşviş dərəcəsi və qəzəbin günahlandırma növünün çoxluq təşkil etdiyi müşahidə olunur.

3.2 Eksperimentdən əldə olunan nəticələrin müqayisəli təhlili

Test seçimində ölçülərin normal yayılma göstərməsi şərti də nəzərə alınmışdır. Ölçülərin skewness (əyrilik) və kurtosis (kurtoz) dəyərləri araşdırılmışdır və bütün ölçülərin əyrilik və kurtoz dəyərləri -1 ilə +1 arasında olduğu üçün t testi istifadəsinə qərar verilmişdir. İlk öncə qeyd edim ki , hipotezimin yoxlanılmasın da ilk növbədə normal yayılma nəzərə alınmışdır. Aşağıda verilmiş 19-ci, 20- ci cədvələ əsasən, tədqiqat aparılan qruplarda nümunələrin paylanılmasının normal paylanılma olduğu aşkar edilmişdir.

Cədvəl 19. Bağlanma təzrlərinin normal paylanılmasının təyini

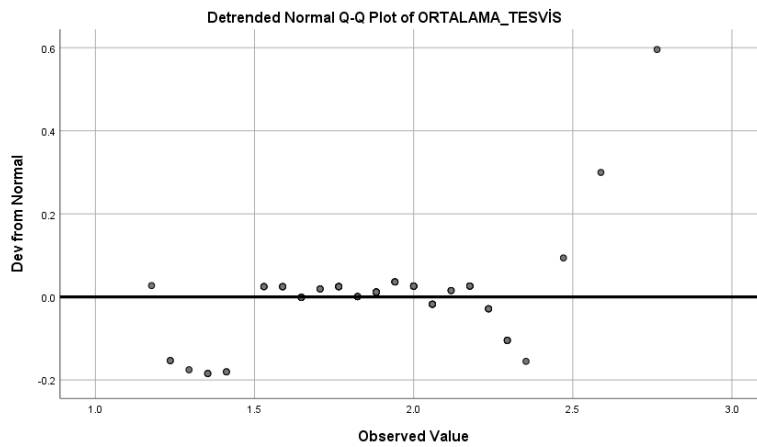
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistika	Df	P (Sig.)	Statistika	Df	P (Sig.)
BAĞLANMA	.061	90	.200*	.990	90	.698

Normal paylanma üçün şərt $p > 0.05$ dən böyük olmalıdır. Cədvəl 19 –dan görüldüyü kimi $p = .200$ olduğundan bağlanma təzrlərinin normal yayılma göstərdiyi aşkar olunmuşdur.

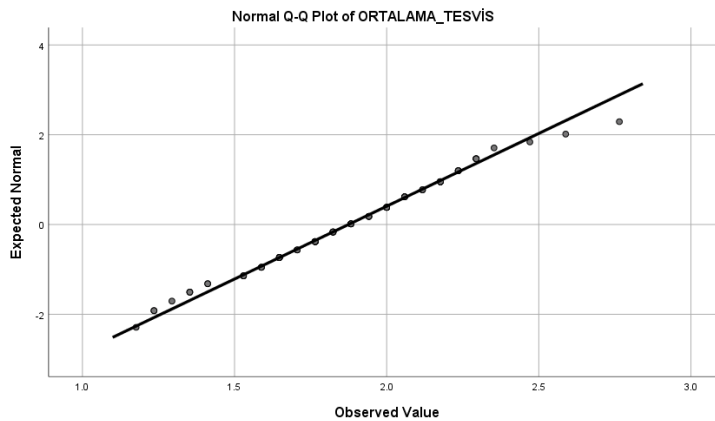
Cədvəl 20. Təşviş pozuntusunun normal paylanma göstəricilərinin təyini

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistika	df	Sig.	Statistika	df	Sig.
TƏŞVİŞ	.061	90	.200*	.990	90	.698

Qrafik 19.



Qrafik 20.



Cədvəl 20-dən görüldüyü kimi $p = .200$ olduğundan təşviş pozuntusunun normal yayılma göstərdiyi aşkar olunmuşdur.

T testi müəyyənləşdirilmiş müstəqil iki qrup arasında dəyişən dəyərləri üzərində mənalı bir fərqin olub olmadığını müəyyənləşdirmək üçün istifadə olunur. Qeyd etməliyik ki t testini istifadə etmək üçün əsas şərtlərdən biri dəyişənlər parametrik dəyişən olmalı və bu dəyişənlər normal yayılma göstərməlidir. Alınan test nəticələrinə nəzər yetirsək, bağlanma cədvəli və təşviş cədvəli normal yayılma göstərdiyi üçün t testindən istifadə etməyə qərar verdik. Güvənli bağlanma tərziləri olan yeniyetmələrdə güvənsiz bağlanma tərziləri olan yeniyetmələrlə müqayisədə təşviş müşahidə edilmir hipotezimizə əsasən iki müstəqil qrup güvənli bağlanma və güvənsiz bağlanma qrupunun təşviş üzərində ($p= 0.156$, $t = .371$, $p=0.712$) mənalı fərqin olmadığı müəyyən olunmuşdur. Və bu fərqlərdə statistik dürüstlük ödənilir və bu fərqlər əhəmiyyətsizdir (Cədvəl 21.)

Müstəqil nümunə t testi (independent t test) testində P əmsal (Sig.)>0.05 böyükdürsə dəyişənlər homogen dağılır. Normal paylanma şərti kimi homogen dağılma da ilk şərtidir.Cədvəl 21-də göstərildiyi kimi əmsal göstəricisinin nəticəsi 0.05 böyük olduğu üçün ($p=.156$) dəyişənlərin homogen yayıldığını göstərir. Və P iki tərəfli əmsal (Sig 2.) 0.05 dən böyük olduğu üçün ($p=.712$) mənalı fərqin olmadığı müəyyən olunmuşdur.Testin nəticəsində təşviş pozuntusu olan şəxslərin test nəticəsi ilə bağlanma tərziləri (qrup : güvənli və güvənsiz) arasında mənalı fərq yoxdur (H_0) hipotezi təsdiqlənmişdir (Cədvəl 21.)

Cədvəl 21. Güvənli bağlanma tərziləri olan yeniyetmələrdə güvənsiz bağlanma tərziləri olan yeniyetmələrlə müqayisədə təşviş göstəriciləri

		Livin varyansının bərabərlik göstəriciləri		Ortalamaların bərabərliyi üçün T kriteriyaları						
		F	Əmsal	t	F\ d	Əmsal (iki tərəfli)	Ortalamaların fərqi	Ortalamaların kvadrat fərqləri	95% etibarlılıq səviyyəsində etibarlılıq fərqləri	
									Aşağı	Yuxarı
TƏŞVİŞ	Varyansların bərabərliyi ehtimal olunur	2.047	.156	-.371	88	.712	-.616	1.660	-3.914	2.683
	Varyansların bərabərliyi ehtimal olunmur			-.389	83.085	.698	-.616	1.582	-3.763	2.531

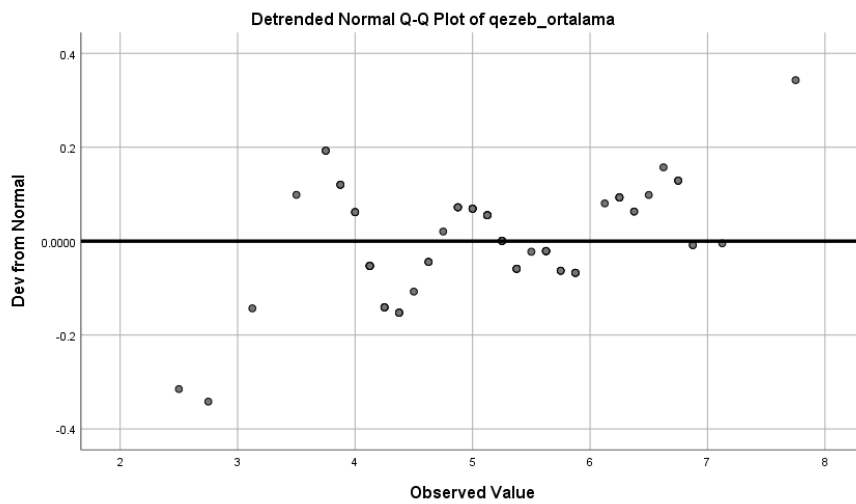
Digər hipotezim güvənli bağlanma tərzli olan yeniyetmələrdə güvənsiz bağlanma tərzli olan yeniyetmələrlə müqayisədə qəzəb müşahidə edilmir hipotezim yoxlanılmasın da ilk növbədə normal yayılma nəzərə alınmışdır. Cədvəl 22.

Cədvəl 22. Qəzəbin normal paylanma göstəricilərinin təyini

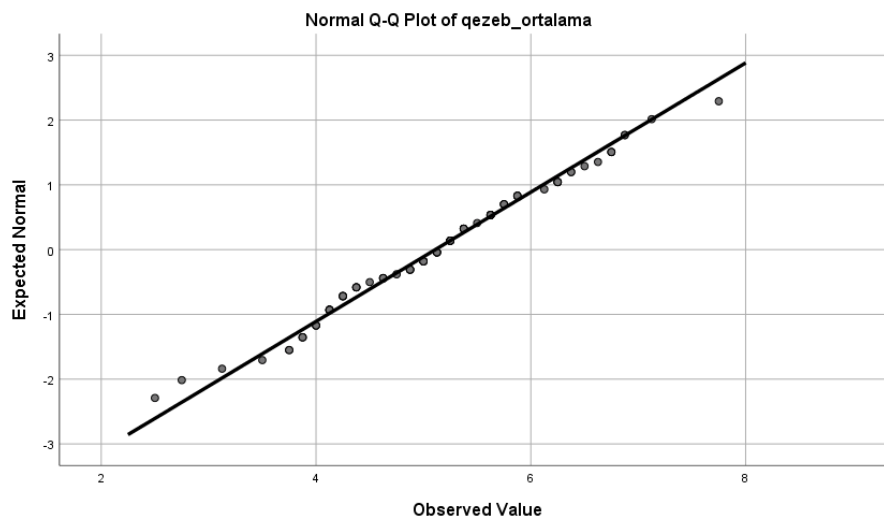
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistik	df	p	Statistik	df	p
Qəzəb	.069	90	.200*	.990	90	.711

Cədvəl 22-dən görüldüyü kimi $p = .200$ olduğundan qəzəbin normal yayılma göstərdiyi aşkar olunmuşdur.

Qrafik 21.



Qrafik 22.



T testi müəyyənləşdirilmiş müstəqil iki qrup arasında dəyişən dəyərləri üzərində mənalı bir fərqin olub olmadığını müəyyənləşdirmək üçün istifadə olunur. Qeyd etməliyik ki t testini istifadə etmək üçün əsas şərtlərdən biri dəyişənlər parametrik dəyişən olmalı və bu dəyişənlər normal yayılma göstərməlidir. Alınan test nəticələrinə nəzər yetirsək, bağlanma cədvəli və qəzəb cədvəli normal yayılma göstərdiyi üçün t testindən istifadə etməyə qərar verdik. Güvənli bağlanma tərziləri olan yeniyetmələrdə güvənsiz bağlanma tərziləri olan yeniyetmələrlə müqayisədə qəzəb müşahidə edilmir hipotezimizə əsasən iki müstəqil qrup güvənli bağlanma və güvənsiz bağlanma qrupunun qəzəb üzərində ($p = 0.15$, $t = 1.583$, $p = 0.117$) mənalı fərqin olmadığı müəyyən olunmuşdur. Və bu fərqlərdə statistik dürüstlük ödənilir və bu fərqlər əhəmiyyətsizdir (Cədvəl 23.)

Müstəqil nümunə t testi (independent t test) testində P əmsal (Sig.) > 0.05 böyükdürsə dəyişənlər homogen dağılır. Normal paylanma şərti kimi homogen dağılma da ilk şərtidir. Cədvəl 23-də göstərildiyi kimi əmsal göstəricisinin nəticəsi 0.05 böyük olduğu üçün ($p = 0.15$) dəyişənlərin homogen yayıldığını göstərir. Və P iki tərəfli əmsal (Sig 2.) 0.05 dən böyük olduğu üçün ($p = 0.117$) mənalı fərqin olmadığı müəyyən olunmuşdur. Testin nəticəsində qəzəb müşahidə olan şəxslərin test nəticəsi ilə bağlanma tərziləri (qrup : güvənli və güvənsiz) arasında mənalı fərq yoxdur (H_0) hipotezi təsdiqlənmişdir.

Cədvəl 23. Güvənli bağlanma tərziləri olan yeniyetmələrdə güvənsiz bağlanma tərziləri olan yeniyetmələrlə müqayisədə qəzəb göstəriciləri

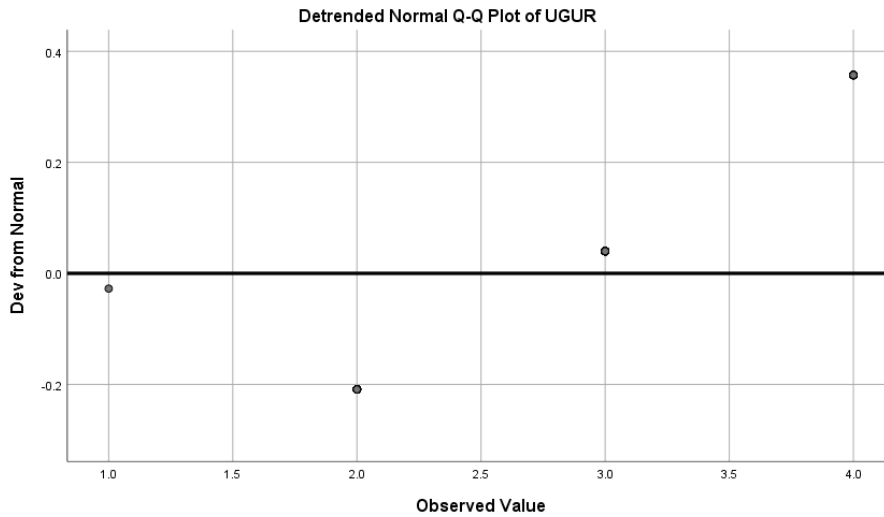
		Livin varyansının bərabərlik göstəriciləri		Ortalamaların bərabərliyi üçün T kriteriyaları						
		F	Əmsal	t	F\ d	Əmsal (iki tərəfli)	Ortalama fərqi	Ortalama kvadratı fərqləri	95% etibarlılıq səviyyəsində etibarlılıq fərqləri	
									Aşağı	Yuxarı
QƏZƏB	Varyansların bərabərliyi ehtimal olunur	6.127	.015	-1.583	88	.117	-.875	.553	-1.974	.223
	Varyansların bərabərliyi ehtimal olunmur			-1.520	62.824	.134	-.875	.576	-2.027	.276

Tədqiqatımın ikinci mərhələsində digər hipotezim yeniyetmələrdə uğur göstəricisi artıqca təşviş azalır arasındakı əlaqəyə baxılmışdır. Uğur göstəricisi ilə təşviş pozuntusu arasında statistik əlaqə Spearman Korelyasiya əmsalı ilə əlaqələrin araşdırılması aparılmışdır. Aşkarlanan korelyasiya əmsalının dərəcələndirilməsi $r < 0,10$ əhəmiyyətsiz , $r = 0,10-0,30$ kiçik ilə orta göstəricisini , $r = 0,30 -0,50$ orta ilə böyük göstəricisini və $r > 0,50$ daha çox böyük əlaqə göstəricisini ifadə edir. Uğurun pis , orta , yaxşı , çox yaxşı göstəriciləri ilə təşviş pozuntusunun yüngül ,orta ,ağır göstəriciləri arasında statistik əlaqə araşdırılmışdır. Statistik korelyasiyanın yoxlanılmasında ilk baxacağımız şərt normal paylanmadır. Statistik korelyasiyada dəyişənlərdən ən az birində normal paylanma müşahidə edilmirsə biz spearman korelyasiya əmsalından ,normal yayılma müşahidə edilirsə pearson korelyasiya əmsalından istifadə etməliyik. Aşağıdakı cədvəl 24. əsasən uğur göstəriciləri arasında normal paylanma müşahidə edilmədiyini aşkarlanmışdır.

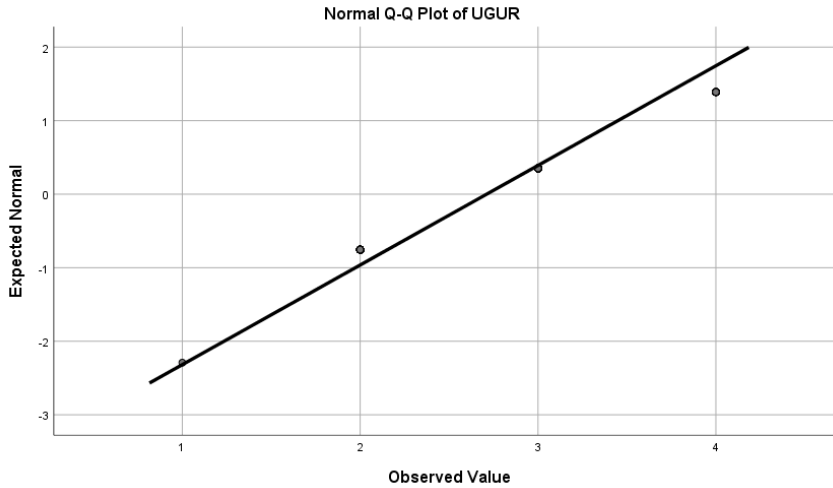
Cədvəl 24. Uğurun normal paylanma göstəricilərinin təyini

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistik	Df	Sig.	Statistik	df	Sig.
UGUR	.266	90	.000	.814	90	.000

Qrafik 23.



Qrafik. 24



Normal paylanma üçün şərt $p > 0.05$ dən böyük olmalıdır. Cədvəl 24 –dən görüldüyü kimi $p = .0001$ olduğundan uğur göstəricilərinin normal yayılma göstərmədiyini aşkar olunmuşdur. Məhz buna görə də korelyativ əlaqənin yoxlanılmasında spearman əmsalından istifadə olunmuşdur Cədvəl 25.

Cədvəl 25. Uğur göstəricisi ilə təşviş arasında korelyasiya əlaqəsinin göstəriciləri

		UĞUR	TƏŞVİŞ
Spearman's korelyasiya	UĞUR	Korelyasiya əmsalı	1.000
		P (Sig.)	.
		Say	90
	TƏŞVİŞ	Korelyasiya əmsalı	-.148
		P (Sig.)	.165
		Say	90

Korelyasiya 2 və daha artıq dəyişənlər arasında olan statistik əlaqəni təsvir edir. Ancaq burdakı əlaqə səbəb-nəticə analizi deyil. Yəni biz sadəcə bir əlaqənin varlığını deyə bilərik pozitiv və ya neqativ ola bilər , artan və ya azalan ola bilər və yaxud biri artanda digəri azalada bilər , artanda bilər lakin səbəb-nəticə əlaqəsi ola bilməz. Korelyasiya da bir dəyişəndən aldığımız nəticə ilə digər dəyişəndən aldığımız nəticənin bir- biri ilə olan əlaqəsini görürük. Cədvəl 25. göstəriləndiyi kimi aparılan statistik əlaqə zamanı uğur göstəricisi ilə təşviş pozuntu arasında neqativ korelyasiya əlaqəsi mövcuddur. Aparılan statistik əlaqə zamanı uğur göstəricisi ilə təşviş arasında ($r = -.148$, $p = .165$) kiçik ilə orta dərəcədə statistik əhəmiyyətsiz

əlaqə aşkarlanmışdır. $p < 0,05$ dən aşağıdırsa korelyasiya nəticənizi təsadüfən əldə etmə şansımızda aşağıdır.

Digər hipotezim yeniyetmələrdə uğur göstəricisi artıqca qəzəb azalır arasındakı əlaqəyə baxılmışdır. Uğur göstəricisi ilə A.Bass və A.Darkı aqressiya testinin göstəriciləri arasında statistik əlaqə Spearman Korelyasiya əmsalı ilə əlaqələrin araşdırılması aparılmışdır. Aşkarlanan korelyasiya əmsalının dərəcələndirilməsi $r < 0,10$ əhəmiyyətsiz , $r = 0,10-0,30$ kiçik ilə orta göstəricisini , $r = 0,30 -0,50$ orta ilə böyük göstəricisini və $r > 0,50$ daha çox böyük əlaqə göstəricisini ifadə edir. Uğurun pis , orta , yaxşı , çox yaxşı göstəriciləri ilə agresiviyaya göstəriciləri arasında statistik əlaqə araşdırılmışdır. Statistik korelyasiyanın yoxlanılmasında ilk baxacağımız şərt normal paylanmadır. Statistik korelyasiyada dəyişənlərdən ən az birində normal paylanma müşahidə edilmirsə biz spearman korelyasiya əmsalından, normal yayılma müşahidə edilirsə pearson korelyasiya əmsalından istifadə etməliyik. Yuxarıdakı Cədvəl 24. Uğur göstəriciləri arasında normal paylanma müşahidə edilmədiyindən Cədvəl 26. Göründüyü kimi statistik əlaqə spearman korelyasiya əlaqəsi ilə aparılmışdır.

Cədvəl 26. Uğur göstəricisi ilə qəzəb arasında korelyasiya əlaqəsinin göstəriciləri

		UGUR	QƏZƏB
Spearman's rho	UGUR	Korelyasiya əmsalı	1.000
		P (Sig)	.
		Say	90
	QƏZƏB	Korelyasiya əmsalı	.031
		P (sig)	.769
		Say	90

Korelyasiya 2 və daha artıq dəyişənlər arasında olan statistik əlaqəni təsvir edir. Ancaq burdakı əlaqə səbəb-nəticə analizi deyil. Yəni biz sadəcə bir əlaqənin varlığını deyə bilərik pozitiv və ya neqativ ola bilər , artan və ya azalan ola bilər və yaxud biri artanda digəri azalada bilər , artada bilər lakin səbəb-nəticə əlaqəsi ola bilməz. Korelyasiya da bir dəyişəndən aldığımız nəticə ilə digər dəyişəndən aldığımız nəticənin bir- biri ilə olan əlaqəsini görürük. Cədvəl 26. aparılan statistik əlaqə zamanı uğur göstəricisi ilə qəzəb arasında ($r = 0.31$, $p = .769$) kiçik ilə orta dərəcədə əhəmiyyətsiz statistik əlaqə aşkarlanmışdır. $p < 0,05$ dən aşağıdırsa korelyasiya nəticənizi təsadüfən əldə etmə şansınız aşağıdır.

Beləliklə apardığımız statistik təhlilə əsasən güvənli bağlanma tərzinə sahib yeniyetmələrdə güvənsiz bağlanma tərzinə sahib yeniyetmələrlə müqayisədə qəzəb və təşviş müşahidə edilmir. Bu da bizim əsas fərziyyəimizin özünü doğrultduğunu bir daha sübut etdi.

Tədqiqat zamanı nəticələrin təhlili irəli sürdüyümüz əsas fərziyyənin statistik olaraq əhəmiyyətli olduğunu təyin etmiş olur. Belə ki, tədqiqat işinin köməkçi fərziyyələrində aparılan araşdırmaya əsasən yeniyetmələrdə uğur göstəricisi artıqca yeniyetmələrdə təşviş və qəzəbin müşahidə edilməsi arasında kiçik orta dərəcədə əhəmiyyətsiz əlaqə müşahidə edilmişdir. Ümumilikdə tədqiqat işinin istiqaməti, irəli sürülən fərziyyələr, qarşıya qoyulan məqsədlər tədqiqatın eksperimental olaraq mahiyyətini ortaya çıxarmış olur.

NƏTİCƏ

Bağlanma dedikdə, ana ilə uşaq arasındakı münasibət, valideyn uşaq arasındakı münasibət və ya ilkin baxıcı ilə uşaq arasındakı münasibət nəzərdə tutulur. Xüsusilə, bağlılıq sosiallaşma mərhələsinin əsas komponentini təşkil edir və kiçik yaşdakı insanın həyatının sonrakı illərində qurduğu münasibətləri güvənli mühitində inkişaf etdirməsi üçün çox vacibdir. Bağlılığı insanlar arasında davamlı psixoloji bağlılıq, insanların maraqlandıqları insanlara qarşı inkişaf etdirdikləri güclü emosional bağlar və bir insanın qorxduğu, yorulduğu və ya xəstə olduğu zaman bir fiqurla münasibət qurmaq və ya yaxınlıq axtarmaq üçün güclü istək olaraq qeyd edilmişdir. Ana və körpə arasında etibarlı bir əlaqə yaratmaq təkcə ananın psixoloji xüsusiyyətləri ilə məhdudlaşmır, həm də ananın yoldaşı ilə münasibəti, emosional və instrumental dəstək ala biləcəyi sosial amillərin olub-olmaması bu həm də ana-körpə münasibətlərinin təhlükəsiz olub-olmaması ilə bağlıdır. Ana əlaqənin açarıdır. Bağlanma əlaqəsi yalnız ana modelindən ötürülən isti münasibətlə baş verir.

Bağlanma tərzləri bağlılıq sosiallaşma mərhələsinin əsas komponentini təşkil edir və kiçik yaşdakı insanın həyatının sonrakı illərində qurduğu münasibətləri güvənli mühitində inkişaf etdirməsi üçün çox vacibdir. Güvənli bağlanma inkişaf etdirən uşaqların yaşlarına görə sosial bacarıqlarının yüksək, müsbət emosiyalarının, menfi emosiyalarına görə daha çox olduğu, yetişkinlərlə işbirliyi və uyğunluq içərisində olduqlarını bildirmişdir. Güvənsiz bağlılıq inkişaf etdirən uşaqlar sosial izolyasiyaya meyilli, həmyaşıdlarına və müəllimlərinə qarşı qəzəbli, narahat, əsəbi, aqressiv, uyğunlaşmayan, depressiya yönəlik, təxəyyül tələb edən oyunlarda uğursuz olduqları və üzərinə düşən vəzifələri yerinə yetirə bilmədikləri müşahidə edilib.

Uşaqlıq dövründə valideynlərlə qurulan əlaqənin keyfiyyəti və yeniyetməlik dövründə həmyaşıdları münasibətləri mühüm rol oynayır. Valideynlərlə güvənli bağlanma qurmaq yeniyetmələrə yeni problemlərin öhdəsindən gəlməkdə təsirli olur. Yeniyetmələrin məntiqi və mücərrəd təfəkkür qabiliyyətləri sürətlə artdıqca, fərdin bağlanma təcrübələrini və bağlanma münasibətlərini konseptuallaşdırma tərzini, xüsusən də yeniyetməlik dövründə əhəmiyyətli inkişaf göstərir. Yeniyetmələr bir şəxsiyyət tapmaq, fiziki dəyişiklikləri qəbul etmək, sağlam həyat vərdislərinə yiyələnmək, ailədən ayrılmaq, əxlaqi qayda və dəyərləri yaratmaq, cəmiyyətin töhfə verən bir üzvü olmaq və peşə seçimi kimi inkişaf vəzifələri ilə mübarizə aparırlar. Yeniyetmənin özünü və həmyaşıdlarını tanıması, həmyaşıdlarının prizmasından özünü və dünyanı tanıması üçün yeniyetməlik dövründə həmyaşıdlar qrupunda olması, qrupa qəbul edilməsi və qrupa uyğunlaşması vacibdir. Yeniyetməlik dövründə yeniyetmə tədricən ailəsindən uzaqlaşır və dostları və ya həmyaşıdları ilə daha çox vaxt keçirməyə

başlayır. Yeniyetməlik dövründə valideynlərlə yeniyetmələr arasında münasibətlərin əhəmiyyəti azalmır, sadəcə olaraq, yeniyetmənin valideynlərindən asılılığı azalır. Gənclər öz müstəqilliklərinə nail olmağa çalışırlar, lakin onlar da bilmək istəyirlər ki, ehtiyac duyduqlarında valideynləri onlara dəstək olacaq. Valideynlərdən asılı olmamağın bir yolu bağlanma fiquru olaraq dostlara etibar etməkdir. Buna görə də, yeniyetməlik dövründə valideynlərdən müstəqil olmaq uğrunda mübarizədə güvən hissi dostlara bağlanma fiqurları kimi ötürülür və bu, onlarda yetkin bağlılıq üslublarını inkişaf etdirməyə imkan verir.

Həmçinin yeniyetmə bu dövrdə ətrafına, həmyaşıdlarına və yaxınlarına qayğı göstərməyə başlayır. Bağlılıq münasibətlərini də əhatə edən bir çox emosional, koqnitiv və davranışsal sistemlərin dəyişikliyə məruz qaldığı bu dövrdə fərdlər bir çox inkişaf vəzifələrini yerinə yetirməyə çalışırlar. Sözügedən vəzifələr arasında cinsi rolları qəbul etmək, emosional müstəqillik əldə etmək, həmyaşıdları arasında qəbul olunmaq, əməkdaşlıq qurmaq və liderlik bacarıqlarını inkişaf etdirmək ,özünə uyğun həyat fəlsəfəsi yaratmaq ,peşə seçimi üçün zəruri ön hazırlıqları etmək, öz mənliliyini, kimliyini tapmaq və qəbul etməkdir. Yeniyetməlik dövründə yeniyetmələrin yaşadıkları fiziki, psixoloji dəyişikliklər psixososial olaraq insanda fərqliliklərə səbəb ola bilər. Dünyagörüşünü inkişaf etdirmək, özünə istiqamət verəcək dəyərlər axtarmaq, həyatın mənasını, yaşamda öz yeri və rolu haqqında qənaətbəxş cavablar tapmaq üçün axtarışlar etmək yeniyetməlik dövrünün özünəməxsus davranış xüsusiyyətlərindəndir.

Həyatımızdakı bəzi şeylər sadəcə faktıdır və həyatda qalmaq üçün ,yaşamaq üçün narahatlıqlara, qorxulara, qəzəbə ehtiyacımız olduğu da bir həqiqətdir. Amma biz istəyirik ki, bu narahatçılıq əleyhimizə deyil, xeyrimizə işləsin. Narahatlıqlar, qorxular, qəzəb normasında adətən fiziki və ya zehni zərər vermir. Zehnimiz və bədənimiz bu duyğuların öhdəsindən gəlmək üçün inkişaf edir. Ümumiyyətlə, bunlar bizim heyatda qalmağımız üçün vacib duyğulardır və yaşamağımız üçün böyük əhəmiyyət kəsb edir. Təşviş, narahatlıq, qorxu, qəzəb ilə təhlükə zamanı biz zəruri reaksiyalar veririk. Bunlar sadəcə şişirdildikdə qorxmağa, narahat olmağa ehtiyac olmadıqda bir problem halına gəlir.

Yeniyetməlik dövründə həmyaşıl münasibətləri fərdin fəaliyyəti üçün valideyn münasibətlərindən daha vacib olduğu üçün münasibətlərdə yaranan çətinliklər xroniki stressə səbəb ola bilər ki, bu da insanı psixologiyasının inkişafına ciddi təsir edir. Təşviş struktur olaraq insanın fəaliyyətinə müəyyən səviyyədə təsir edərək müəyyən səviyyədə şəxsin performansını artıran və insanı cəsarətləndirən bir təsirə malikdir. Yəni təşvişin , qəzəbin müəyyən səviyyədə olması insan üçün vacib əhəmiyyət kəsb edir. Ancaq həddindən artıq narahatlıq insanın özünə olan hörmətinin azalmasına səbəb olaraq performansının düşməsinə səbəb olur. Müsbət həmyaşıl münasibətləri yeniyetmələri narahatlıq pozğunluqlarının inkişafından qoruya bilər.

Mövcud akademik müvəffəqiyyətə və münasibətlərə təsir etməklə yanaşı, yeniyetmələrdə qəzəb psixososial inkişafa da təsir göstərir. Qəzəb özünə və başqa insanlara fiziki zərər vurma ehtimalı ilə yanaşı, yeniyetmələrin yaşlıları ilə münasibətlərinin pisləşməsinə, onların məktəbdən uzaqlaşdırılmasına və ya qovulmasına səbəb ola bilər. Qəzəb hər yaşda yaşana bilən bir duyğudur. Lakin hər yaşda yaşanan qəzəbin eyni xüsusiyyətlərə malik olduğunu və eyni səbəblərdən meydana gəldiyini söyləmək mümkün deyil. Yeniyetməlik dövründə müxtəlif həyati təcrübələrin yaşanması, yeniyetməlik dövrünün özünəməxsus problemləri yeniyetmənin sıx qəzəb yaşamasına səbəb ola bilər.

Tədqiqat Rövşən Əliyev adına 254 №-li tam orta məktəbdə təsadüf seçim üsuli ilə 90 respondentin tədqiqata cəlb olunması ilə həyata keçirilmişdir. Tədqiqat 1 ay ərzində sinif bölgüləri əsasında aparılmışdır. Bu müddət ərzində 9, 10, və 11-ci siniflər olaraq ardıcıl testlər keçirilmişdir. Araşdırmaya cəlb olunanlar 14-17 yaş arası yeniyetmələr təşkil edir. Könüllü şəkildə aparılan tədqiqatdan alınan nəticələrin gizliliyi və anonimliyinin qorunması və yalnız elmi işlərin aparılmasında iştirak edən şagirdlərə şifahi şəkildə izah edilmişdir. Onlara tədqiqatın keçirilməsində istifadə olunan testlər barədə məlumat verilmişdir. Hər bir yeniyetməyə tədqiqatın məqsədi, gedişatı haqqında məlumat verilmiş və hər birinin anonimliyinin qorunacağı bildirilmişdir. Onların tədqiqatın istənilən mərhələsində iştirak etməkdən imtina etmək hüquqlarının olması ilə bağlı məlumat izah edilmişdir. İştirakçılar bunları anladıklarını bildirərək, məlumatlı razılıq vermişdirlər.

Beləliklə apardığımız sosio - demoqrafik göstəricilərin nəticələrinə uyğun olaraq tədqiqata cəlb olunan respondentlər arasında güvənli bağlanma tərzinə sahib olan 35 nəfər yeniyetmə, güvənsiz bağlanma tərzinə sahib olan 55 nəfər yeniyetmə iştirak etmişdir. Belə qənaətə gəldik ki tədqiqatda iştirak edən güvənsiz bağlanma tərzinə sahib yeniyetmələr daha çoxdur. 90 nəfər arasında təşviş və qəzəbin sosial demoqrafik göstəricilərinə nəzər salsaq yüngül təşviş dərəcəsi və qəzəbin günahlandırma növünün çoxluq təşkil etdiyi müşahidə olunur.

Son olaraq apardığımız statistik təhlilə əsasən güvənli bağlanma tərzinə sahib yeniyetmələrdə güvənsiz bağlanma tərzinə sahib yeniyetmələrlə müqayisədə qəzəb və təşviş müşahidə edilmir. Bu da bizim əsas fərziyyəimizin özünü doğrultduğunu bir daha sübut etdi. Tədqiqat zamanı nəticələrin təhlili irəli sürdüyümüz əsas fərziyyənin statistik olaraq əhəmiyyətli olduğunu təyin etmiş olur. Belə ki, tədqiqat işinin köməkçi fərziyyələrində aparılan araşdırmaya əsasən yeniyetmələrdə uğur göstəricisi artıqca yeniyetmələrdə təşviş və qəzəbin müşahidə edilməsi arasında kiçik orta dərəcədə əhəmiyyətsiz əlaqə müşahidə edilmişdir.

Ümumilikdə tədqiqat işinin istiqaməti, irəli sürülən fərziyyələr, qarşıya qoyulan məqsədlər tədqiqatın eksperimental olaraq mahiyyətini ortaya çıxarmış olur.

ƏDƏBİYYAT SİYAHISI

1. Bayramov Ə.S,Ə.Ə.Əlizadə,(2002) Psixologiya (ali məktəblər üçün dərslik),Bakı “çinar-çap” nəşriyyat-poliqrafiya müəssisəsi, s.128-138
2. Əlizadə Ə.Ə.(1986) Uşaq və yeniyetmələrin cinsi tərbiyəsi, Bakı,s.81-83
3. Əlizadə Ə.Ə. (1988) Ailədə uşaqların cinsi tərbiyəsi, Bakı, s.236
4. Qədirov Ə.Ə, İ.N.Məmmədov, (1986) Yaş psixologiyası (dərs vəsaiti), Bakı,“maarif”, s. 298-332
5. Həmzəyev M.Ə, Seyidov S.İ,(2007) Psixologiya, Bakı, s.468-471
6. Şəfiyeva E.İ.(1997) Uşaqlarda anomal psixi inkişaf. Bakı, s.213
7. Şəfiyeva E.İ.(2021) Müasir dövrdə yeniyetmələrdə aqressiv davranışın yaranma səbəbləri , buraxılış № 27 (II hissə) , s. 78-81
8. Şəfiyeva E.İ.(2012) Anomal inkişafın psixologiyası. Bakı, s.142-149
9. Vəliyev.M ,A.Mustafayev,(2013) İnkişaf və yaş psixologiyası, Bakı, s.134-158
10. Akbaş Ebru, Gülay Taşdemir Yiğitoğlu, (2022),anger and adolescence, ordu university J Nurs stud ,5(1), 1-9
11. Baytemir, K. (2016). The mediation of interpersonal competence in the relationship between parent and peer attachment and subjective well-being in adolescence. *Education and Science*, 41(186), 69-91.
12. Brittany L.(2014), Mathews et al.Specificity of emotion regulation difficulties related to anxiety in early adolescence *Journal of Adolescence*, 1089-1097
13. Bender, A., & Ingram, R. (2018). Connecting attachment style to resilience: Contributions of self-care and self-efficacy. *Personality and Individual Differences*, 130(1). doi:10.1016/j.paid.2018.03.038, 18-20
14. Bell, N. K. (2015). Parent and adolescent attachment and adolescent shame and hope with psychological control as a mediator (Unpublished master's thesis). Brigham Young University,Utah.Retrieved, 1-10
15. Bolat, N., & Odacı, H. (2016). High school final year students' career decision-making self-efficacy, attachment styles and gender role orientations. *Current Psychology*, 1-8. doi:10.1007/s12144-016- 9409-3
16. Behrens, K. Y., Haltigan, J. D., & Bahm, N. I. G. (2016). Infant attachment, adult attachment, and maternal sensitivity: Revisiting the intergenerational transmission gap. *Attachment & Human Development*, 18, 337-353

17. Bi, S., Haak, E. A., Gilbert, L. R., El-Sheikh, M., & Keller, P. S. (2018). Father attachment, father emotion expression, and children's attachment to fathers: The role of marital conflict. *Journal of Family Psychology*, 32, 456-465
18. Cacioppo, M., Barni, D., Correale, C., Mangialavori, S., Danioni, F., & Gori, A. (2019). Do attachment styles and family functioning predict adolescents' problematic internet use? A relative weight analysis. *Journal of Child and Family Studies*, 28(5), 1263-1271
19. Demirtaş, A. S. (2019), Secure attachment and self-efficacy in early adolescence: The mediating role of hope, 1-16
20. David R. (2010), Shaffer, Katherine Kipp. *Developmental Psychology Childhood and Adolescence*, 565
21. DeMond M. Grant, (2013), Anxiety in adolescence, Department of Psychology , Oklahoma State University ,107 Whitehurst , Stillwater , OK 74078 , USA e-mail: demond.grant@okstate.edu , 511-513
22. Fuller-Iglesias, H. R., Webster, N. J., & Antonucci, T. C. (2015). The complex nature of family support across the life span: Implications for psychological well-being. *Developmental psychology*, 51(3), 1-24.
23. F.V.A. Van Oort, K. Greaves-Lord, F.C. Verhulst, J. Ormel, and A.C. Huizink, (2009), The developmental course of anxiety symptoms during adolescence: the TRAILS study, 1209-1217
24. Hurskainen T, Katainen M. (2015), Anger, aggression and violence in healthcare: material for nursing education, 40
25. Jones, J. D., Cassidy, J., & Shaver, P. R. (2015). Parents' self-reported attachment styles: A review of links with parenting behaviors, emotions, and cognitions. *Personality and Social Psychology Review*, 19, 44-76.
26. Jones, J. D., Ehrlich, K. B., Lejuez, C., & Cassidy, J. (2015). Parental knowledge of adolescent activities: Links with parental attachment style and adolescent substance use. *Journal of Family Psychology*, 29, 191-200
27. Jiang, X. U., Huebner, E. S., & Hills, K. J. (2013). Parent attachment and early adolescents' life satisfaction: The mediating effect of hope. *Psychology in the Schools*, 50, 340-352
28. Lowry M. (2016). De-escalating anger: a new model for practice. *Nursing Times*, 112(4), 4-7.

29. Llorca, A., Cristina Richaud, M., & Malonda, E. (2017). Parenting, peer relationships, academic self-efficacy, and academic achievement: Direct and mediating effects. *Front Psychology, 8*(2120)
30. Lowth M. (2015). Managing anger in adolescents. *Practice Nurse, 45*(12), 18-23.
31. Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2019). Attachment orientations and emotion regulation. *Current Opinion in Psychology, 25*, 6-10
32. Marcus, RF. (2017). *The Development of Aggression and Violence in Adolescence*. New York: Springer, 171
33. Nasir R, Abd Ghani N. (2014). Behavioral and emotional effects of anger expression and anger management among adolescents. *Procedia Social and Behavioral Sciences, 140*, 565-569.
34. Novaco, RW. (2017). Anger. Zeigler-Hill V, Shackelford TK, editors. *Encyclopedia of Personality and Individual*. Switzerland: Springer International Publishing, 1-5
35. Otis, K. L. (2015). Antecedents of adolescents' hope: Personality, parental attachment, and stressful life events (Unpublished master's thesis). University of South Carolina, Columbia. Retrieved from <http://scholarcommons.sc.edu/etd/3118> , 28-30
36. Pan, Y., Zhang, D., Liu, Y., Ran, Y., & Wang, Z. (2016). Attachment and internalizing symptoms: The mediating role of regulatory emotional self-efficacy among Chinese young adolescents. *Personality and Individual Differences, 101*, 360-365. doi:10.1016/j.paid.2016.06.030
37. Serin NB. (2019). The impact of anger management training on anger, aggression and problem-solving skills of primary school students. *International Online Journal of Education and Teaching, 6*(3), 525-543
38. Salı, G. (2016). An Examination of Violent and Empathic Tendencies in Adolescents by Different Variables. *Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi. 45*(2): 147-180.
39. Serin, N. B. (2016). The Relationship Between Attachment Styles and Parental Attitudes in High School Students. *The Anthropologist, 23*(1-2), 194-198
40. Taghizadeh Moghaddam H, Bahreini A, Ajilian Abbasi M, Fazli F, Saeidi M. (2016). Adolescence health: The needs, problems and attention. *International Journal of Pediatrics, 4*(2), 1423-1438
41. Wright, S. L., Perrone McGovern, K. M., Boo, J. N., & White, A. V. (2014). Influential factors in academic and career self-efficacy: Attachment, supports, and

- career barriers. *Journal of Counseling & Development*, 92, 36-46. doi:10.1002/j.1556-6676.2014.00128.x
42. Yap, S. T., & Baharudin, R. (2016). The relationship between adolescents' perceived parental involvement, self-efficacy beliefs, and subjective well-being: A multiple mediator model. *Social Indicators Research*, 126(1), 257-278.
43. Yıldız, B., & İskender, M. (2019). The secure attachment style oriented psycho-educational program for reducing intolerance of uncertainty and academic procrastination. *Current Psychology*, 1-14.
44. Aslan, S, & Güven, M,(2010) Bağlanma ve kişisel uyum arasındaki ilişkide ayrışma bireyleşmenin aracılığı. *Eğitim ve Bilim* 35 (157), s. 1-11
45. Altundağ, G.,(2011) Üniversite Öğrencilerinde Bağlanma Stilleri, Stresle Başa Çıkma Tutumları ve Stresi Algılama Düzeyinin İncelenmesi, Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul, s. 2-11
46. Aracı Ayşegül, (2012) Erken ergenlik dönemindeki bireylerde annebaba ve arkadaşlara bağlanma ile saldırganlık düzeyinin incelenmesi, İstanbul, 4-28
47. APA, (2013) DSM-5 tanı ölçütleri başvuru el kitabı, çev. Ertuğrul Köroğlu, hyb yayıncılık, Ankara, s.113
48. Aydınli, S.(2014) ,Ergenlerin Öfke İfade Biçimleri, Sosyal Karşılaştırma Düzeyleri, Umutsuzluk Seviyeleri ve Çatışma Çözme Yaklaşımlarının İncelenmesi. Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi. İstanbul, s.8-19
49. Arife.N.İ,(2018) ,Ergenlik döneminde bağlanma kavramının anne ve çocuk arasındaki ilişkiye etkilerinin incelenmesi, İstanbul , s.4-29
50. Aksu, Y, (2015), Şiddet İçeren Suçlardan Kayıtları Olan Bireylerin Bağlanma Stilleri, Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. İstanbul Üniversitesi, Adli Tıp Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi. İstanbul, 10-34
51. Ayyıldız, E.,&Elkin,N.(2016), Üniversite Öğrencilerinin Bağlanma Stilleri ile Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, s.2-6
52. Alagöz,P.A.(2019), 14-18 yaş arasındaki ergenlerin bağlanma stilleri ile sosyal anksiyete düzeyleri arasındaki ilişki, İstanbul 7-21
53. Akdağ, Dr. Senem Turan.(2011), Ergenlerin Bağlanma Stilleri İle Ebeveynlerinin Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişki. Uzmanlık Tezi . Antalya, s.10
54. Bowlby John,(2012), Bağlanma, T. V. Soylu (çev.). İstanbul: pinhan yayınları

55. Beyazaslan, T.(2012), Öfke Kontrol Eğitiminin Hipertansiyon Tanısı Alan Hastaların Öfke ve Duygu Kontrol Durumlarına Etkisi. Gaziantep Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi. Gaziantep, s.16
56. Bulut Beyza,(2016), Ergenlerin anksiyete, sosyal destek ve psikolojik sağlamlık düzeyleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi, Erzurum ,s.28-30
57. Çelebi Gülin Y.(2017), Ergenlerde sosyal kaygı ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi, Kastamonu Eğitim Dergisi, 25(5), 1-8
58. Çankaya, Z. C., & Canbulat, N. (2017). Orta çocukluk döneminde umut ve ebeveynlere güvenli bağlanma. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 44, 1-20. doi:10.21764/maeuefd.317054
59. Çetin, A. & Alkan-Ersoy, Ö. (2017). 12-14 Yaş Arası Ergenlerin Sosyal Beceri Düzeyi ile Ebeveynlerine Bağlanma Güvenliği Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Kalem Eğitim ve İnsan Bilimleri Dergisi* 2017, 7(2): 149-440.
60. Demir, K. Y.(2018),Ergenlik ve Yetişkinlik Dönemlerinde Bilişsel Duygu Düzenleme, Algılanan Ebeveyn Tutumu Ve Algılanan Sosyal Destek ile Psikolojik Belirti Düzeyi İlişkisinin İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara, s.3-6
61. Dündar, Ü. (2016). Lise Öğrencilerinin Psikolojik Dayanıklılık ve Öfke İfade Tarzları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi: Gaziosmanpaşa İlçesi Örneği, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Nişantaşı Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, s.37-43
62. Eriş Yasemin ve İkiz F. Ebru,(2013), Ergenlerin benlik saygısı ve sosyal kaygı düzeyleri arasındaki ilişki ve kişisel değişkenlerin etkileri, *Turkish Studies*, 8(6),s.1-15
63. Ersoy Alkan , Çetin.A (2017), 12-14 Yaş Arası Ergenlerin Sosyal Beceri Düzeyi ile Ebeveynlerine Bağlanma Güvenliği Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Kalem Eğitim ve İnsan Bilimleri Dergisi*, s. 1-8
64. Erdem Özyurt Şirin,(2016), Ergenlikte algılanan duygusal istismar ve bağlanma arasındaki ilişkinin incelenmesi, Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir, s.16
65. Erdoğan, H.T,(2015), Ergenlerin Anksiyete Düzeylerinin Öfke Yönetimi Becerileri Ve Öfkeyi İfade Tarzlarına Etkisi. Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Yüksek Lisans Tezi, s.1-13
66. Gazioğlu Ebru (2015), Bağlanma stilleri algılanan sosyal destek benlik saygısı ve kişilik özellikleri bakımından ergenlerin stresle başa çıkma tarzları, İstanbul, s.40-49

67. Genç, H. (2007),Grupla öfke denetim eğitiminin lise 9. sınıf öğrencilerinin sürekli öfke düzeylerine etkisi. Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi. İzmir, s.1-8
68. Gebeş, H. Akran(2011), Eğitimi ile Desteklenen Öfke Kontrolü Eğitiminin Lise Öğrencilerinin Öfke Kontrol Becerilerine Etkisi. Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi. Adana. , s.19
69. Güvendeğer ,N.D, Arzu,D.Ç.(2016), Bağlanma ve Yaşamdaki İzdüşümleri. *Arşiv Kaynak Tarama Dergisi* . Archives Medical Review Journal, s.490
70. Kennerley Helen (2019) ,Kaygı anksiyete kuraldışı yayınları,İstanbul, s. 23
71. Kulaksızoğlu, A. (2002),Ergenlik psikolojisi. İstanbul: Remzi Yayınevi
72. Keskin Gülseren ve Çam Olcay,(2009), “Ergenlik ve bağlanma süreci: ruh sağlığı açısından literatürün gözden geçirilmesi”, New Symposium Journal, s.146-149
73. Körük, S. (2016). Ergenlerde riskli davranışların güvensiz bağlanma ve algılanan sosyal destek tarafından yordanmasında psikolojik belirtilerin aracı rolü (Unpublished master’s thesis). Eskişehir Osmangazi University, Gratitude School of Educational Sciences, Eskişehir, s.28
74. Karababa, A., & Dilmaç, B. (2015),Ergenlerde insani değerlerin sürekli öfke ve öfke ifade biçimlerini yordamadaki rolü. *İlköğretim Online*, 14(3): 1149-1158
75. Kula, T.(2012), Ergenlerde Öfke Duygusu; Benlik Algısı, Tanrı Algısı, Suçluluk ve Utanç Duyguları Açısından Bir Değerlendirme (Diyarbakır Örneği), Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi. Ankara, s.58-60
76. Karakuş Özlem, (2012),Ergenlerde bağlanma stilleri ve yalnızlık arasındaki ilişki,İstanbul ,s.34-35
77. Kırıl, S.Ş.,2013. Öfke yönetimi becerileri programının ilköğretim 2. kademe öğrencilerinin öfke düzeylerine etkisi.Doktora Tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi,İzmir, s.12
78. Lamiser Atik, E. (2013).,Liseli ergenlerde bağlanma stilleri ve psikolojik sağlamlık düzeyleri arasındaki ilişkide öz-yansıtma ve iç görünün rolü, yüksek lisans tezi, İstanbul Bilim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, s.12
79. Muzaffer Şahin,(2019), Dr. Öğr. Üyesi, CIIP, Korku, Kaygı Ve Kaygı (Anksiyete) Bozuklukları, s. 118-122
80. Morsünbül, (2011),Ü., Çok F. Bağlanma ve ilişkili değişkenler. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*; 3(3):553-570

81. Mubarique Mohammed, Ergenlerin Anne Ve Babalarına Güvenli Bağlanmaları İle Olumlu Sosyal Davranışları Arasındaki İlişkide Duygu Düzenleme Ve Empatinin Aracılık Rolünün İncelenmesi, Ankara Üniversitesi, Ankara, 2016, s. 40 (Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi)
82. Merve Tekin, Atilla tekın, (2014), Anksiyete bozukluklarında dissosiyatif belirtiler, Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar-Current Approaches in Psychiatry 2014; 6(4):330-339 doi: 10.5455/cap.20140210075959
83. Özkan Songül (2019), “Bağlanma stillerinin ergenlik dönemi sosyal duygusal öğrenme becerileri üzerine etkisi” , Sosyal bilimler enstitüsü, s.13-15
84. Özdemir melek,(2016), Ergenlik döneminde bağlanma, özerklik ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkilerin incelenmesi, Ankara, s.20-25
85. Özakkaş Tahir , (2014),Anksiyete bozuklukları ve tedavisi , Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları No: 2 , s.9
86. Özmen Dilek,(2016), Ergenlerde sürekli öfke ve öfke ifade tarzları, Anadolu Psikiyatri Derg 2016; 17:65-73
87. Özalp Nida (2018), Öfke kontrolü üzerine düzenlenen psikoeğitim çalışması,Dörtüyl Hatay, s.4-12
88. Özdemir, Y. ve Koruklu, N. (2013). İlk ergenlikte ana-babaya bağlanma, okula bağlanma ve yaşam doyumu. *İlköğretim Online*, 12(3), 836-848.
89. Pelin Buldu, (2021),Tam aileye ve tek ebeveynli aileye sahip ergenlerin algıladıkları psikolojik istismar düzeylerinin, kendine zarar verme davranışlarının ve başa çıkma becerilerinin karşılaştırılması, İstanbul , s.8
90. Serin,N.B., Genç,H., 2011, Öfke Yönetimi Eğitimi Programının Ergenlerin Öfke Denetimi Becerilerine Etkisi.Eğitim ve Bilim Dergisi, cilt 36,sayı 159.
91. Sağır,D., 2016. Ergenlerin sürekli öfke ve öfke ifade tarzlarının anne baba tutumlarıyla ilişkisi.Çağ Üniversitesi, Mersin.,s.15-19
92. Turkan Onur (2023), Ergenlerde bağlanma stilleri ile sosyal kaygı arasındaki ilişkinin incelenmesi, İstanbul, s.14-27
93. Ulu, S.(2011),Ergenlerde Algılanan Duygusal İstismar ile Sürekli Öfke Düzeyi ve Öfke İfade Biçimleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi. İstanbul, s.18-24
94. Yıldırım, D. D.(2018), 10-14 yaş ergenlerin öz yeterlik düzeyinin anksiyete duyarlılığı ve ebeveyn tutumu ile ilişkisinin incelenmesi. İstanbul Gelişim Üniversitesi / Sosyal Bilimler Enstitüsü. Yüksek Lisans Tezi, s.40

95. Вирджиния Н.Квини. (2000). Прикладная Психология. Питер.-С. 150
96. Куницина В.Н.(2001), Восприятие подростком другого человека и самого себя: Автореф. дис. канд. психол. наук. Л.-С. 410
97. Крайг Г.(2002), Психология развития. - СПб.: Питер, - 992 с.: ил. - (Серия «Мастера психологии»).
98. Барбара Крэйхи (2003), Социальная психология агрессии. Питер ,С-333
99. Велиев М.В., Мустафаев А.М.(2008), Психологические особенности агрессивного поведения подростков. «Bakı Universiteti xəbərləri», «Sosial-siyasi elmlər» seriyası. Bakı, , №2, С.134-158
100. Л.А.Карпенко (2014), Краткий психологический словарь / Сост.; Под общ. Ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского. - М.: Политизда, С-280
101. <https://www.medikalakademi.com.tr/adrenalin-nedir-ne-ise-yarar-adrenalin-ignesinin-yan-etkileri/>
102. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4267890/>
103. http://www.anl.az/down/meqale/az_muellimi/2015/noyabr/463564.htm
104. <http://www.dbc.com.tr/Yetiskinveaile/tr/psikoloji-konulari/ofke-ve-bas-etmeyollari/>
105. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0191886920300453>

ƏLAVƏLƏR

Əlavə 1

Xülasə

Tədqiqat işinin məqsədi yeniyetmələrdə bağlanma tərzləri araşdırılaraq, bağlanma tərzləri ilə qəzəb və təşviş arasındakı əlaqəni müəyyənləşdirmək və şagirdlərdə bağlanma tərzində yaranmış problemləri aradan qaldırmaq yollarını araşdırmaqdan ibarətdir. Tədqiqatda 14-17 yaşlı (9-11-ci sinif) 90 nəfər (30 şagird - 9-cu sinif, 30 şagird-10-cu sinif, 30 şagird- 11-ci sinif) yeniyetmələrin bağlanma stillərində yaranan psixoloji problemlərinin araşdırılması məqsədi ilə iştirak etmişdir.

Tədqiqat işinin məqsədi yeniyetmələrdə bağlanma tərzləri araşdırılaraq, bağlanma tərzləri ilə qəzəb və təşviş arasındakı əlaqəni müəyyənləşdirmək və şagirdlərdə bağlanma tərzində yaranmış problemləri aradan qaldırmaq yollarını araşdırmaqdan ibarətdir. Tədqiqat Rövşən Əliyev adına 254 №-li tam orta məktəbdə təsadüf seçim üsulu ilə 90 respondentin tədqiqata cəlb olunması ilə həyata keçirilmişdir. Beləliklə apardığımız sosio - demoqrafik göstəricilərin nəticələrinə uyğun olaraq tədqiqata cəlb olunan respondentlər arasında güvənli bağlanma tərzinə sahib olan 35 nəfər yeniyetmə, güvənsiz bağlanma tərzinə sahib olan 55 nəfər yeniyetmə iştirak etmişdir. Belə qənaətə gəldik ki tədqiqatda iştirak edən güvənsiz bağlanma tərzinə sahib yeniyetmələr daha çoxdur. 90 nəfər arasında təşviş və qəzəbin sosial demoqrafik göstəricilərinə nəzər salsaq yüngül təşviş dərəcəsi və qəzəbin günahlandırma növünün çoxluq təşkil etdiyi müşahidə olunur. Son olaraq apardığımız statistik təhlilə əsasən güvənli bağlanma tərzinə sahib yeniyetmələrdə güvənsiz bağlanma tərzinə sahib yeniyetmələrlə müqayisədə qəzəb və təşviş müşahidə edilmir. Bu da bizim əsas fərziyyəimizin özünü doğrultduğunu bir daha sübut etdi. Tədqiqat zamanı nəticələrin təhlili irəli sürdüyümüz əsas fərziyyənin statistik olaraq əhəmiyyətli olduğunu təyin etmiş olur. Belə ki, tədqiqat işinin köməkçi fərziyyələrində aparılan araşdırmaya əsasən yeniyetmələrdə uğur göstəricisi artıqca yeniyetmələrdə təşviş və qəzəbin müşahidə edilməsi arasında kiçik orta dərəcədə əhəmiyyətsiz əlaqə müşahidə edilmişdir. Ümumilikdə tədqiqat işinin istiqaməti, irəli sürülən fərziyyələr, qarşıya qoyulan məqsədlər tədqiqatın eksperimental olaraq mahiyyətini ortaya çıxarmış olur.

ABSTRACT

Əlavə 2

The purpose of the research is to examine attachment styles in adolescents, to determine the relationship between attachment styles and anger and anxiety, and to investigate ways to eliminate problems caused by attachment styles in students. 90 people (30 students - 9th grade, 30 students - 10th grade, 30 students - 11th grade) aged 14-17 years (9th-11th grade) participated in the study with the aim of investigating the psychological problems of adolescents arising from attachment styles.

The purpose of the research is to examine attachment styles in adolescents, to determine the relationship between attachment styles and anger and anxiety, and to investigate ways to eliminate problems caused by attachment styles in students. The research was carried out with the involvement of 90 respondents in the Rovshan Aliyev secondary school No. 254 by random selection method. According to the results of our socio-demographic indicators, 35 teenagers with a secure attachment style and 55 teenagers with an insecure attachment style participated in the study. We conclude that there are more adolescents with an insecure attachment style in the study. If we look at the socio-demographic indicators of anxiety and anger among 90 people, it is observed that mild anxiety level and blaming type of anger are the majority. Finally, according to our statistical analysis, adolescents with a secure attachment style do not experience anger and anxiety compared to adolescents with an insecure attachment style. This proved once again that our main hypothesis was justified. During the research, the analysis of the results determined that the main hypothesis we put forward was statistically significant. Thus, according to the investigation conducted in the auxiliary hypotheses of the study, a small to moderate insignificant relationship was observed between the observation of anxiety and anger in adolescents, the achievement indicator in adolescents. In general, the direction of the research work, the proposed hypotheses, the set goals reveal the experimental essence of the research.

Cədvəllərin Siyahısı

- Cədvəl 1. Yeni yetmələrin yaşa görə təsviri statistik təhlili
- Cədvəl 2. Yeni yetmələrin cins bölgüsünə görə statistik təhlili
- Cədvəl 3. Yeni yetmələrin ailələrini iqtisadi vəziyyətinin statistik təhlili
- Cədvəl 4. Yeni yetmələrin sinif bölgülərinin statistik təhlili
- Cədvəl 5. Yeni yetmələrin analarının təhsil səviyyəsinin təsviri statistik təhlili
- Cədvəl 6. Yeni yetmələrin atalarının təhsil səviyyəsinin təsviri statistik təhlili
- Cədvəl 7. Yeni yetmələrin ailə daxilində kimlərlə yaşadığı haqqında təsviri statistik təhlili
- Cədvəl 8. Yeni yetmələrin məktəb uğurunun qiymətləndirilməsi haqqında təsviri statistik təhlili
- Cədvəl 9. Yeni yetmələrin ailədən ən az 2 ay ayrı yaşaması haqqında təsviri statistik təhlili
- Cədvəl 10. Yeni yetmələrin psixoloji və ya psixiatrik dəstək alması haqqında təsviri statistik təhlili
- Cədvəl 11. Yeni yetmələrin ailəsində psixiatrik xəstəlikdən əziyyət çəkənlərin statistik təhlili
- Cədvəl 12. Yeni yetmələrin ailələrində özləri daxil neçə övlad olduğunun statistik təhlili
- Cədvəl 13. Yeni yetmənin ailə quruluşunun statistik təhlili
- Cədvəl 14. Yeni yetmənin ailə üzvlərindən anasının həyatda olub olmamasının statistik təhlili
- Cədvəl 15. Yeni yetmənin ailə üzvlərindən atasının həyatda olub olmamasının statistik təhlili
- Cədvəl 16. Yeni yetmələrdə qəzəbin statistik təhlili
- Cədvəl 17. Yeni yetmələrin təşviş dərəcəsinin statistik təhlili
- Cədvəl 18. Yeni yetmələrin bağlanma tərzlərinin statistik təhlili
- Cədvəl 19. Bağlanma tərzlərinin normal paylanılmasının təyini
- Cədvəl 20. Təşviş pozuntusunun normal paylanma göstəricilərinin təyini
- Cədvəl 21. Güvənli bağlanma təzi olan yeni yetmələrdə güvənsiz bağlanma təzi olan yeni yetmələrlə müqayisədə təşviş göstəriciləri
- Cədvəl 22. Qəzəbin normal paylanma göstəricilərinin təyini
- Cədvəl 23. Güvənli bağlanma təzi olan yeni yetmələrdə güvənsiz bağlanma təzi olan yeni yetmələrlə müqayisədə qəzəb göstəriciləri
- Cədvəl 24. Uğurun normal paylanma göstəriciləri
- Cədvəl 25. Uğur göstəricisi ilə təşviş arasında korelyasiya əlaqəsinin göstəriciləri
- Cədvəl 26. Uğur göstəricisi ilə qəzəb arasında korelyasiya əlaqəsinin göstəriciləri

Şəxsi Məlumatlar Anketi

Bu sorğu yeniyetmələrdə bağlanma tərzlərinin qəzəb ifadə etmə və təşviş üzərində təsirinin dəyərləndirilməsi məqsədilə hazırlanmışdır.

Bu anket tədqiqat məqsədi ilə hazırlanmışdır və anonimlik tamamilə qorunur. Burada qeyd etdiyiniz məlumatlar elmi məqsədlərdən kənar istifadə edilməyəcək və paylaşılmayacaqdır. Heç kimin əleyhinə istifadə olunmayacaqdır. Həmçinin sorğuda iştirak etməkdən imtina edə bilərsiniz.

Sizin sualları tam səmimi və doğru cavablandırmağınız tədqiqatın nəticəsinin düzgünlüyü baxımından vacibdir. Bunu diqqətə almağınız və sizə ən uyğun cavabı qeyd etməyiniz xahiş olunur.

Əvvəlcədən sizə öz minnətdarlığımı bildirirəm.

Klinik Psixoloq Nərgiz Gözəlova.

- 1) Cinsiniz: a) Qız () b) Oğlan ()
- 2) Yaşınız: a) 14 () b) 15 () c) 16 () d) 17 () e) 18 () f) Digər (Yaz) ()
- 3) Neçənci sinifdə oxuyursan:a) 9-cu sinif () b) 10-cu sinif () c) 11-ci sinif () d) 12-ci sinif ()
- 4) Məktəb uğurunuzu necə qiymətləndirərdiniz:a) Pis () b) Orta () c) Yaxşı () d) Çox yaxşı ()
- 5) Zəhmət olmasa ananızın təhsil səviyyəsini (bitirdiyi məktəb) qeyd edin?
a) İbtidai məktəb () c) Orta məktəb () d) Universitet () e) Digər (İzah et) ()
- 6) Zəhmət olmasa atanızın təhsil səviyyəsini (bitirdiyi məktəb) qeyd edin?
a) İbtidai məktəb () c) Orta məktəb () d) Universitet () e) Digər (İzah et) ()
- 7) Neçə bacın var? a) Mən tək övladam () b) 2 () c) 3 () d) 4 () e) 5 () f) Digər (Yaz) ()
- 8) Ailənizin aylıq gəlir vəziyyətini necə qiymətləndirərdiniz?
a) Aşağı () b) Orta () c) Yüksək ()
- 9) Ailə quruluşu : valideynlər birlikdə yaşayır () boşanıblar () boşanmayıblar lakin ayrı yaşayırlar ()
- 10) Ana: sağ () rəhmətə gedib () ögey () 11) Ata: sağ () rəhmətə gedib () ögey ()

11) Kiminlə yaşayırsınız:a) Ailəmlə b) Nənəm və babamla c) Qohumlarımdan biri ilə d) Digər:.....

14) Heç psixoloji və ya psixiatrik dəstək almısınızmi? a) Bəli b) Xeyr

15) Ailənizdə (valideynləriniz və ya bacı-qardaşlarınız) psixiatrik xəstəlikdən əziyyət çəkən varmı? a) Bəli b) Xeyr

16) Gənclik illərində ən azı 2 ay ananızdan və ya baxıcınızdan ayrı yaşamısınızmi? (məsələn, yataqxanada, qohumların, babaların və ya valideynlərdən birinin həbsdə olması və ya uzun müddət xəstəxanada olması və s.)

a) Bəli b) Xeyr

HAMILTONUN TƏŞVIŞ REYTINGİ CƏDVƏLİ (HARS)

Klinisistlər üçün təlimat:

1959-cu ildə Prof. M. Hamilton tərəfindən icad olunmuş Hamiltonun Təşviş Reytingi Cədvəli (Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) xəstədə olan təşviş pozuntusunun ağırlıq dərəcəsini ölçmək üçün geniş yayılmış və əsaslı validizasiya olunmuş (effektivliyi təsdiq olunmuş) vəsaitdir. Təcrübəsi olan klinisist tərəfindən doldurulur.

HARS cədvəlinin 14 bəndi 15-20 dəqiqə ərzində kliniki müsahibə keçirdilərək doldurulur və ümumi ball hesablanır. Hər bir bəndə aid olan simptomlar 5-ballı cədvəl əsasında qiymətləndirilir: (0 – yoxdur; 1 – yüngül dərəcədə ifadə olunub; 2 – orta dərəcədə ifadə olunub; 3 – ağır dərəcədə ifadə olunub; 4 – kəskin ağır)dərəcədə ifadə olunub.

HARS cədvəlinin əsas istifadə məqsədi xəstəyə verilən müalicənin təsirinin qiymətləndirilməsi və xəstənin kliniki dinamikasının müşahidə edilməsidir. Cədvəli silsilə şəkildə istifadə etməklə klinisist medikamentoz müalicənin və ya psixoterapiyanın nəticələrini sənədləşdirə bilər.

Fərdi xəstələrin diaqnostikasında və müalicəsində istifadə edilməklə yanaşı bu cədvəldən həmçinin çoxlu pasiyentləri əhatə edən tədqiqatlarda da istifadə etmək olar.

Hamiltonun Təşviş Reytingi Cədvəlində ümumi balların qiymətləndirilməsi:

Cədvəlin bütün 14 bəndinin ümumi balları

14 -17 ball – Yüngül dərəcəli təşviş pozuntusu

18 -24 ball – Orta ağır dərəcədə olan təşviş pozuntusu

14 -17 ball – Ağır dərəcədə olan təşviş pozuntusu

HAMILTONUN TƏŞVIŞ REYTINGİ CƏDVƏLİ (HARS)

Hamiltonun Təşviş Reytingi Cədvəli (HARS) xəstənin təşviş simptomatikasının hesablanması üçün vəsaitdir. Əksər hallarda psixotrop dərman müalicəsinin qiymətləndirilməsində istifadə olunur. Kliniki müsahibə keçirərək doldurulur. Müxtəlif simptomları əhatə edən 14 bənddən ibarətdir. Hər bir bəndə aid olan simptomlar 5-ballı cədvəl əsasında qiymətlənir: (0 – yoxdur; 1 – yüngül dərəcədə ifadə olunub; 2 – orta dərəcədə ifadə olunub; 3 – ağır dərəcədə ifadə olunub; 4 – kəskin ağır) dərəcədə ifadə olunub.

1. TƏŞVİŞ ƏHVAL-RUHİYYƏSİ

Bu bənd xəstənin gələcək haqqında qeyri-müəyyənlik emosional halını əks etdirir; Narahatlıq, qıcıqlıq və qeyri-təhlükəsizlik hissləri; Xəstə qarşısı alınmayan bilinməyən dəhşətli halın baş verməsini gözləyir; Xəstə əksər hallarda ən pis nəticəni gözləyir.

0 – Adi haldan artıq olmayan (ya da ondan az olan) qeyri-təhlükəsizlik və qıcıqlıq hissləri müşahidə edilir

1 – Xəstədə adi haldan artıq olan qeyri-təhlükəsizlik və qıcıqlıq hissləri olduğu ehtimal edilir

2 – Xəstə bəzi hallarda çətinliklə idarə olunmayan biləcəkdir təşviş, narahatlıq və ya qıcıqlıq hisslərinin mövcud olmasını bildirir. Bununla yanaşı bu təşviş hissləri o qədər vacib olmayan məsələləri əhatə edir və bu hisslər xəstənin adi həyat tərzinə təsir göstərmir

3 – Xəstədə bəzi hallarda çətinliklə idarə olunan təşviş və ya qeyri-təhlükəsizlik hissləri mövcuddur. Bu hisslərin çətinliklə idarə olunması onların vacib məsələlərlə bağlı olduğu ilə bağlıdır. Bəzi hallarda bu hisslər xəstənin adi həyat tərzinə mənfi təsir göstərir

4 – Yaxın gələcəkdə baş verəsi bədbəxtçiliklər barəsində xəstədə o qədər tez-tez vahimə hissləri keçirir ki, o xəstənin adi həyat tərzinə əhəmiyyətli dərəcədə mənfi təsir göstərir.

2. GƏRGİNLİK

Bu bənd xəstənin rahatlıq tapmağa mümkün olmadığını, əsəbiliyini, bədənin gərginliyini, titrəmələrini, təşviş nəticəsində yorğunluğunu əks etdirir. Xəstədə diksinmələr müşahidə edilir; Xəstə ağlamağa meyillidir; Xəstə narahatdır; Xəstədə titrəmələr müşahidə edilir

0 – Adi haldan artıq olmayan (ya da ondan az olan) gərginlik müşahidə edilir

1 – Xəstədə adi haldan bir qədər artıq olan gərginlik və əsəbilik ehtimal edilir

2 – Xəstədə tam daxili gərginlik əlamətləri aydın ifadə olunur və xəstə rahatlıq tapmır. Xəstənin halının çətinliklə nəzarət edilməsinə baxmayaraq, onun vəziyyəti adi həyat tərzinə mənfi təsir göstərmir.

3 – Daxili gərginlik və əsəbilik o qədər kəskin və tez-tez baş verir ki, o xəstənin gündəlik iş fəaliyyətinə bəzi hallarda mənfi təsir göstərir

4 – Gərginlik və rahatsızlıq xəstənin adi həyat tərzinə və iş fəaliyyətinə bütün gün ərzində mənfi təsir göstərir

3. QORXULAR

İnsan kütləsi arasında olmaqdan, qaranlıqdan, tanış olmayan insanlardan, tək qalmaqdan, heyvanlardan, ictimai yerlərdə olmaqdan və digər qorxular. Təşvişli fobiyaaların adı qorxulardan artıq dərəcədə ifadə olunmasına diqqət yetirmək lazımdır.

0 – Yoxdur

1 – Mövcud olması ehtimal edilir

- 2 – Xəstədə təşvişli fobiyaların mövcud olmasına baxmayaraq, o onlara nəzarət edə bilir
- 3 – Təşvişli fobiyalara nəzarət etmək o qədər çətinidir ki, onlar xəstənin adi həyat tərzinə və iş fəaliyyətinə müəyyən dərəcədə mənfi təsir göstərmir
- 4 – Təşvişli fobiyalar xəstənin adi həyat tərzinə və iş fəaliyyətinə kəskin dərəcədə mənfi təsir göstərir.

4. YUXU POZUNTULARI

Xəstənin son üç gündə yuxu müddəti və dərinliyi qiymətləndirilir. Yuxuya çətinliklə getməsi, gecə vaxtı tez-tez oyanması, yuxusu zamanı qarabasmalardan əziyyət çəkməsi, səhərlər yuxudan oyanarkən zəiflik və yuxudan doymamaq hissi qeyd olunur. Qeyd: xəstə tərəfindən hipnotiklətin və sedativ dərmanların qəbul edilməsi bu bəndin qiymətləndirilməsində nəzərə alınmır.

0 – Yuxu pozuntusu yoxdur

1 – Yuxunun müddəti bir qədər azalıb (məsələn, yuxuya çətinliklə getməsi bağlı olaraq), lakin yuxunun dərinliyi dəyişməyib

2 – Yuxunun ümumi pozuntusu mövcuddur. Yuxunun müddətinin azalması ilə yanası, yuxu daha səthi olub.

3 – Yuxunun müddətinin azalması və yuxunun səthi olması kəskin dərəcədə ifadə olunub. 24 saat ərzində yuxu müddətləri cəmi 2-3 saat təşkil edir

4 – Yuxu o qədər səthidir ki, xəstə öz yuxusunu qısa müddətli mürgülər kimi təsvir edir.

5. ZEHNİ POZUNTULAR

Diqqəti cəlb etmək qabiliyyəti, gündəlik məsələlər barəsində qərar qəbul etmək bacarığı və yaddaşın zəifləməsi qiymətləndirilir.

0 – Diqqəti cəlb etmək qabiliyyəti və yaddaş norma çərçivəsindədir

1 – Xəstənin diqqəti cəlb etmək qabiliyyətində və yaddaşda çətinliklər olduğu ehtimal edilir

2 – Xəstə böyük səyi nəticəsində öz adi gündəlik iş fəaliyyəti üzərində diqqəti cəlb edə bilir

3 – Xəstə diqqəti cəlb etmək qabiliyyətində, gündəlik məsələlər barəsində qərar qəbul etmək bacarığında çətinliklərin olmasını və yaddaşının zəifləməsini əhəmiyyətli dərəcədə olduğunu bildirir. Məsələn, qəzet məqaləsini axıra kimi oxumağı və ya televiziya verilişinə axıra kimi baxmağı bacarmır.

4 – Müsahibə zamanı xəstədə diqqəti cəlb etmək qabiliyyətində, qərar qəbul etmək bacarığında çətinliklər və yaddaşın zəifləməsi aydın müşahidə edilir

6. DEPRESSİV ƏHVAL-RUHİYYƏSİ

Həyata marağın azalmasının, angedoniyanın (zövq almağın itməsi); Qüssənin, depressiyanın, ümitsizliyin, köməkçilik və bacarıqsızlıq hissələrinin verbal və qeyri-verbal əlamətləri

müşahidə edilir. Gün ərzində əhval-ruhiyyənin qeyri-sabitliyi qeyd olunur.

0 – Yoxdur

1 – Xəstənin adi haldan bir qədər artıq qəmgin odluğu ehtimal edilir

2 – Xəstənin qəmgin odluğu aydın olaraq müşahidə edilir, lakin köməksizlik və bacarıqsızlıq hissləri qeyd olunmur

3 – Xəstədə depressiyanın və ya ümitsizliyin qeyri-verbal əlamətləri aydın müşahidə edilir

4 – Fəryadın və köməksizliyin verbal və qeyri-verbal əlamətlərin ifadəsi müsahibənin məğzini təşkil edir və xəstəni bu hisslərdən yayındırmaq mümkün deyil.

7. SOMATİK ƏZƏLƏ SİMPTOMLARI

Əzələ zəifliyi, əzələ gərginliyi, əzələlərdə və oynaqalarda yerli və ya yayılmış ağrılar, səsin qəflətən kəsilib batması; Xəstə çənələrini sıxaraq dişlərini bir birinə sürtür; Əzələ tonusun yüksəlməsi və klonik qıcolmalar müşahidə edilə bilər.

0 – Adi hallar ilə müqayisədə artıq əzələ ağrıları və gərginliyi müşahidə edilmir

1 – Adi hallar ilə müqayisədə bir qədər artıq əzələ ağrıları və gərginliyi müşahidə edilir

2 – Simptomlar səciyyəvi ağrılar formasını alır

3 – Əzələ simptomları xəstənin gündəlik iş fəaliyyətinə və həyat tərzinə müəyyən dərəcədə mənfi təsir edir

4 – Əzələ simptomları günün əksər zamanında xəstəni narahat edir və onun gündəlik iş fəaliyyətinə və həyat tərzinə xeyli dərəcədə mənfi təsir edir

8. SOMATİK SENSOR SİMPTOMLARI

Bu bəndə sensor hisslərin tez yorulması, zəifliyi və ya hiss orqanlarının funksional pozuntuları aiddir: qulaqlarda küyün olması, görmənin bulanıq olması, istilik və ya soyuqluq qabarmaları, gizildəmələr və s.

0 – Yoxdur

1 – Xəstədə simptomların ifadəsi adi hissiyyatlardan bir qədər artıq olması ehtimal edilir

2 – Simptomların ifadə dərəcəsi qulaqlarda küyün olması, görmənin pozulması və dəridə gizildəmələr və ya gicişmələr səviyyəsinə çatır

3 – Yayılmış sensor simptomları xəstənin adi həyat tərzinə və iş fəaliyyətinə müəyyən dərəcədə mənfi təsir göstərir

4 – Yayılmış sensor simptomları günün əksər zamanında mövcuddur və onlar xəstənin adi həyat tərzinə və iş fəaliyyətinə əhəmiyyətli dərəcədə mənfi təsir göstərir

9. ÜRƏK-DAMAR SOMATİK SİMPTOMLARI

Taxikardiya, ürəkdöyümlər, sinədə olan ağrılar; damarlarda güclənmiş nəbz hiss olunması, ürəkgetmə hissiyyəti.

0 – Yoxdur

1 – Mövcud olması ehtimal edilir

2 – Xəstədə ürək-damar simptomlarının mövcud olmasına baxmayaraq, o onlara nəzarət edə bilir

3 – Xəstə ürək-damar simptomlarına nəzarət etməkdə vaxtaşırı çətinlik çəkir və onlar xəstənin adi həyat tərzinə və iş fəaliyyətinə müəyyən dərəcədə mənfi təsir göstərir

4 – Ürək-damar simptomları günün əksər zamanında mövcuddur və onlar xəstənin adi həyat tərzinə və iş fəaliyyətinə əhəmiyyətli dərəcədə mənfi təsir göstərir

10. RESPIRATOR SOMATİK SİMPTOMLARI

Sinənin və ya boğazın sıxılma hissi; Boğulma hissi; Təngnəfəslik.

0 – Yoxdur

1 – Mövcud olması ehtimal edilir

2 – Xəstədə respirator simptomların mövcud olmasına baxmayaraq, o onlara nəzarət edə bilir

3 – Xəstə respirator simptomlarına nəzarət etməkdə vaxtaşırı çətinlik çəkir və onlar xəstənin adi həyat tərzinə və iş fəaliyyətinə müəyyən dərəcədə mənfi təsir göstərir

4 – Respirator simptomları günün əksər zamanında mövcuddur və onlar xəstənin adi həyat tərzinə və iş fəaliyyətinə əhəmiyyətli dərəcədə mənfi təsir göstərir.

11. QASTROİNTESTİNAL SOMATİK SİMPTOMLARI

Udğunmanın çətin olması, dispepsiya (mədədə qıvcırma hissi, yeməkdən sonra qarın ağrıları, qarında dolğunluq hissi, ürəkbulanma və qusma), disfagiya, qəbizlik; bədən çəkisinin azalması.

0 – Yoxdur

1 – Mövcud olması ehtimal edilir (və ya simptomların ifadə dərəcəsi adi hallardan bir qədər artıq olması ehtimal edilir)

2 – Bir və ya ondan artıq qastrointestinal simptomları mövcuddur, lakin xəstə onlara nəzarət edə bilir

3 – Xəstədə vaxtaşırı qastrointestinal simptomlara nəzarət etməyə çətinlik çəkir və bu hal xəstənin adi həyat tərzinə və iş fəaliyyətinə müəyyən dərəcədə mənfi təsir göstərir

4 – Qastrointestinal simptomları günün əksər zamanında mövcuddur və onlar xəstənin adi həyat tərzinə və iş fəaliyyətinə əhəmiyyətli dərəcədə mənfi təsir göstərir

12. SİDİK-CİNSİYYƏT ŞİKAYƏTLƏRİ

Bu bənd sidiyə getməyin tezləşməsi və ya sidiyə getmə ehtiyac hissənin kəskin olması kimi qeyri-orqanik sidik simptomları əhatə edir. Dismenorreya, anorqazmiya, friqidlik, eyakulyasiyanın vaxtından qabaq olması, libidonun itməsi, ejetiyanın pozulması, cinsi zəiflik.

0 – Yoxdur

1 – Mövcud olması ehtimal edilir (və ya simptomların ifadə dərəcəsi adi hallardan bir qədər artıq olması ehtimal edilir)

2 – Bir və ya ondan artıq sidik-cinsiyyət simptomları mövcuddur, lakin onlar xəstənin adi həyat tərzinə və iş fəaliyyətinə mənfi təsir göstərmir

3 – Bir və ya ondan artıq sidik-cinsiyyət simptomlarının ifadə dərəcəsi o səviyyədədir ki, onlar vaxtaşırı xəstənin adi həyat tərzinə və iş fəaliyyətinə müəyyən dərəcədə mənfi təsir göstərir

4 – Sidik-cinsiyyət simptomları günün əksər zamanında mövcuddur və onlar xəstənin adi həyat tərzinə və iş fəaliyyətinə əhəmiyyətli dərəcədə mənfi təsir göstərir

13. VEGETATİV SİMPTOMLAR

Ağızda quruluq, dərinin qızarması, dərinin solğunluğu, tərləmə və ya başgicəllənmə.

0 – Yoxdur

1 – Mövcud olması ehtimal edilir

2 – Bir və ya ondan artıq vegetativ simptomları mövcuddur, lakin onlar xəstənin adi həyat tərzinə və iş fəaliyyətinə mənfi təsir göstərmir

3 – Bir və ya ondan artıq vegetativ simptomların ifadə dərəcəsi o səviyyədədir ki onlar vaxtaşırı xəstənin adi həyat tərzinə və iş fəaliyyətinə müəyyən dərəcədə mənfi təsir göstərir

4 – Vegetativ simptomları günün əksər zamanında mövcuddur və onlar xəstənin adi həyat tərzinə və iş fəaliyyətinə əhəmiyyətli dərəcədə mənfi təsir göstərir

14. KLİNİKİ MÜSAHİBƏ ZAMANI XƏSTƏNİN DAVRANIŞI

Xəstənin zahiri görünüşü gərgin, əsəbi, təşvişli, rahatsız ola bilər. Müsahibə zamanı xəstənin bir yerdə gərər tapa bilməzəsi, təşvişli əl-qol hərəkətləri və yeriyi, sifətin gərgin və qaşqabaqlı ifadəsi, xəstənin vurxunması, tərləmələr, təngnəfəslik müşahidə edilə bilər. Bu kimi müşahidələrin ümumi qiymətləndirilməsi edilir.

0 – Zahiri görünüşü təşvişli deyil

1 – Xəstənin təşvişli olması ehtimal edilir

2 – Xəstə orta dərəcədə təşvişlidir

3 – Xəstənin təşvişli olması əhəmiyyətli dərəcədədir

4 – Xəstənin zahiri görünüşü və davranışı onun tamamilə təşvişdə olduğunu bildirir; məsələn, bütün bədəni titrəyib əsir.

HAMILTONUN TƏŞVİŞ REYTINGİ CƏDVƏLİ (HARS)

Xəstənin Adı _____ _____ Amb. kartasının/xəstəlik tarixin № _____ SİMPTOMLAR	Müalicədən qabaq	1-ci təkrar müayinə	2-ci təkrar müayinə
Tarix _____	Tarix _____	Tarix _____	
1. TƏŞVİŞ ƏHVAL- RUHIYYƏSİ	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4
2. GƏRGİNLİK	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4
3. QORXULAR	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4
4. YUXU POZUNTULARI	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4
5. ZEHNİ POZUNTULAR	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4
6. DEPRESSİVA ƏHVAL- RUHIYYƏSİ	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4
7. SOMATİK ƏZƏLƏ SİMPTOMLARI	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4
8. SOMATİK SENSOR SİMPTOMLARI	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4
9. ÜRƏK-DAMAR SOMATİK ŞİKAYƏTLƏRİ	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4
10. RESPİRATOR SOMATİK ŞİKAYƏTLƏRİ	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4

11. QASTROİNTESTİN AL SOMATİK ŞİKAYƏTLƏRİ	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4
12. SİDİK-CİNSİYYƏT SOMATİK ŞİKAYƏTLƏRİ	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4
13. VEGETATİV SİMPТОMLAR	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4
14. KLİNİKİ MÜSAHİBƏ ZAMANI XƏSTƏNİN DAVRANIŞI	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4
ÜMUMİ BALL			

A.BASS VƏ A.DARKI. A.QRESSİYANIN GÖSTƏRİCİLƏRİ VƏ FORMALARININ DİAQNOSTİKASININ METODİKASI

A.K.Osnitski tərəfindən uyğunlaşdırılmışdır.

Verilmiş mülahizələri oxuyaraq və ya dinləyərək onların sizin davranış stilinizə, sizin həyat tərzinizə nə qədər uyğun gəldiyini təxminən müəyyən edin və dörd mümkün cavabdan "bəli", "yəqin ki, bəli", "yəqin ki, xeyir", "xeyr" - birini seçin.

1. Hərdən məndə başqalarına ziyan vurmaq istəyi baş qaldırır.
2. Bəzən sevmədiyim adamlar haqqında dedi-qodu yaymağı xoşlayıram.
3. Mən tez hövsələdən çıxsam da, çox keçmədən sakitləşirəm.
4. Öz xoşu ilə məni bağışlamasalar, mən heç kimdən üzr istəmirəm.
5. Mən heç də həmişə təklif olunanla qane olmuram.
6. Bilirəm ki, adamlar həmişə mənim arxamca danışırlar.
7. Mən dostlarımla hərə-kətlərini bəyənəndə, bunu onlara başa salıram.
8. Kimi isə nə vaxtsa aldatdıqda, sonradan üzücü vicdan əzabı çəkirəm.
9. Mənə elə gəlir ki, kimi isə vurmağı bacarmıram.
10. Mən heç vaxt o qədər əsəbləşmirəm ki, əşyaları ora-bura atım.
11. Mən həmişə başqalarının nöqsanlarını bağışlamağı bacarıram.
12. Qoyulmuş qayda məni qane etməsə, onu pozmaqdan çəkinmirəm.
13. Məncə, başqa adamlar həmişə əlverişli vəziyyətdən istifadə etməyi bacarırlar.
14. Gözlədiyimdən də artıq səviyyədə mənə dost münasibəti ilə yanaşan adamlarla ehtiyatlı davranıram.
15. Mən tez-tez adamlarla razılaşmıram.
16. Hərdən ağıma mənə utancaqlıq gətirən fikirlər gəlir.
17. Əgər kimsə mənə birinci zərbə endirsə, mən ona cavab vermərəm.
18. Mən əsəbləşəndə qapıları çırpıram.
19. Mən gördüyümdən də daha artıq əsəbiyəm.
20. Kim isə özünü rəisə oxşatmağa çalışırsa, mən həmişə onun ziddinə gedirəm.
21. Gələcək taleyim məni bir qədər məyus edir.
22. Belə hesab edirəm ki, adamların çoxu məni sevmirlər.
23. Adamlar mənim mövqeyimlə razılaşmadıqda özümü ələ ala bilmirəm.
24. İşdən boyun qaçıran adamlar işlətdikləri günahı boyunlarına almalıdırlar.
25. Məni və ailəmi təhqir edən hər kəs məni davaya məcbur etdiyini bilməlidir.
26. Mənim kobud zarafatlarla aram yoxdur.

27. Kimsə arxamca gülərsə, mən bundan bərk qəzəblənərəm.
28. Özlərini rəis kimi aparmaq istəyən adamların lovğalığının qarşısını almaq üçün mən lazım gələndə hər şeyi edərdim.
29. Demək olar ki, hər həftə xoşlamadığım adamlarla rastlaşıram.
30. Mənim paxıllığımı çəkən adamlar olduqca çoxdur.
31. Mən tələb edirəm ki, adamlar mənə hörmət etsin.
32. Valideynlərimə lazımı qayğı göstərə bilməməyim mənə əzab verir.
33. Sizi məhv etmək istəyən adamların mühakimə olunmasını istəyirdinizmi?
34. Qəddar hərəkətlərimə görə heç vaxt qəmgin olmuram.
35. Kim isə mənə layiq olduğumdan pis münasibət göstərərsə, bundan heç vaxt pərt olmaram.
36. Kim isə məni özümdən çıxarmağa çalışsa da, buna əhəmiyyət vermərəm.
37. Bunu gizlətməyə çalışsam da, hərdən məni qibtə hissi bürüyür.
38. Bəzən elə gəlir ki, mənim hərəkətlərim gülümlüdür.
39. Hətta əsəbləşdikdə belə, kobud ifadələr işlətməkdən qaçırıram.
40. İstərdim ki, mənim günahlarım bağışlanaydı.
41. Kim isə məni döysə də, nadir hallarda buna cavab verərdim.
42. İstədiyimə nail olmadıqda, bəzən bundan inciyirəm.
43. Bəzən insanlar öz adı gəlişləri ilə məni qıcıqlandırırırlar.
44. Mənim nifrət etdiyim hər hansı bir adam yoxdur.
45. Mənim həyat prinsipim belədir: “Tanımadığım adamlara heç vaxt etibar etməməli”.
46. Kim isə məni əsəbiləşdirdikdə, onun haqqında fikirləşdiyim hər şeyi üzünə deyərdim.
47. Axırda təəssüf hissi keçirməyim deyə, əvvəlcədən hər şeyi götür-qoy edirəm.
48. Bərk əsəbləşdikdə kimə isə zərbə vura bilərəm.
49. Uşaqlıqdan bəri mən heç vaxt hirslənməmişəm.
50. Mən tez-tez özümü partlamağa hazırlaşan “barıt çəlləyi” kimi hiss edirəm.
51. Mənim hiss etdiklərimi başqaları bilsəydi, onda məni inadkar adam hesab edərdilər.
52. Mən həmişə düşünürəm ki, hansısa sirlə sərbəhlər adamları mənim xoşuma gələndə işlər görməyə vadar edir.
53. Kim isə mənim üstümə qışqırırsa, cavabında mən də onun üstünə qışqıraram.
54. Uğursuzluqlarım məni bərk məyus edir.
55. Mən başqalarından fərqli olaraq ya tez-tez, ya da hərdən bir dəfə edirəm.
56. Elə halları xatırlaya bilərəm ki, qəzəbli olduğum vaxtlar əlimə keçən əşyaları sındırırdım.
57. Bəzən hiss edirəm ki, birinci olaraq davaya başlamağa hazırım.
58. Bəzən hiss edirəm ki, həyat mənə qarşı ədalətsizliklə doludur.

59. Əvvəllər belə hesab edirdim ki, adamların çoxu doğru danışılar, ancaq indi buna inanmıram.
60. Mən ancaq acıqlı olanda söyüş söyürəm.
61. Yanlış hərəkətlər etdikdə vicdanım mənə əzab verir.
62. Öz hüquqlarımı müdafiə edərkən fiziki qüvvə lazım gəldikdə, mən bu addımı atmaqdan uzaq olmağa çalışıram.
63. Bəzən günahımı yada salarkən yumruğumla stolu döyəcəyəm.
64. Xoşuma gəlməyən adamlara qarşı münasibətdə kobudluqdan çəkinmirəm.
65. Mənə zərər vurmağa çalışan düşmənlərim yoxdur.
66. Mənə pislilik etmiş adamlara qarşı eyni cür hərəkət etməyi bacarmıram.
67. Tez-tez fikirləşirəm ki, həyatımın ötən illərini düzgün yaşamamışam.
68. Elə adamlar tanıyıram ki, onlar məni davakarlıq etməyə sövq edə bilirlər.
69. Mən hər xırda şeyə görə məyus olmuram.
70. Adamların məni hirsəndirmək və ya təhqir etmək cəhdləri haqqında fikirlər nadir hallarda ağıma gəlir.
71. Tez-tez adamları hədələsəm də, heç vaxt dediklərimi etməyə cəhd göstərmirəm.
72. Son vaxtlar mən təkəbbürlü olmuşam
73. Mübahisə vaxtı mən səsimi tez-tez qaldırıram.
74. Adətən mən adamlara qarşı olan pis münasibətimi gizlətməyə çalışıram.
75. Məncə uzun-uzadı mübahisə etməkdənsə, nə isə bir razılığa gəlmək daha yaxşıdır.
- Adi şəraitdə məlumatların işlənməsi zamanı "bəli", "yəqin ki, bəli" cavabları birləşdirilir ("bəli" cavabı kimi toplanırlar), eləcə də "xeyr" və "yəqin ki, xeyr" cavabları da ("xeyr" cavab kimi toplanırlar) birləşdirilir.

Açar 1

(sınağın sorğu üzrə nəticələrinin işlənilməsi üçün)

1. Fiziki aqressiya ($\alpha^* = 11$):
1+, 9, 17-, 25+, 33+, 41+, 48+, 55+, 62+, 68+.
2. Verbal aqressiya ($\alpha = 8$):
7+, 15+, 23+, 31+, 39, 46+, 53+, 60+, 66, 66, 71+, 73+, 74, 75-.
3. Dolaylı aqressiya ($\alpha = 13$):
2+, 10+, 18+, 26, 34+, 42+, 49, 56+, 63+.
4. Neqativizm ($\alpha = 20$)
4+, 12+, 20+, 28+, 36-.
5. Əsəbilik ($\alpha = 9$):

3+, 11, 19+, 27+, 35, 43+, 50+, 57+, 64+, 69-, 72+.

6. Şübhəlik (ə = 11):

6+, 14+, 22+, 30+, 38+, 45+, 52+, 59+, 65-, 70-.

7. İnciklik (ə = 13):

5+, 13+, 21+, 29+, 37+, 44+, 51+, 58+.

8. Təqsirkarlıq (ə = 11):

8+, 16+, 24+, 32+, 40+, 47+, 54+, 61+, 67+.

* əmsal deməkdir

Nömrəsində "-" nişanı olan suallar həm də cavabların əks nişanla qeyd olunmasını tələb edirlər: əgər cavab "bəli" olubsa, onda biz onu "xeyr", əgər cavab "xeyr" olubsa, "bəli" kimi qeyd edirik. Aqressivliyin hər bir parametrində mötərizələrdə göstərilmiş əmsala vurulmuş balların miqdarı müqayisə üçün əlverişli olan normalaşdırılmış göstəricilər əldə etməyə imkan verir, hansılar ki, fərdi və qrup nəticələrini xarakterizə etməyə imkan verir (sıfır qiymətlər nəzərə alınmır).

Açar № 2 (və nəticələrin analizi üçün blank)

"1"	"2"	"3"	"4"	"5"	"6"	"7 "	" 8 "
1+	2+	3+	4+	5+	6+	7+	8+
9-	10+	11-	12+	13+	14+	15+	16+
17-	18+	19+	20+	21+	22+	23+	24+
25+	26-	27+	28+	29+	30+	31+	32+
33+	34+	35-	36-	37+	38+	39-	40+
41+	42+	43+		44+	45+	46+	47+
48+	49-	50+		51+	52+	53+	54+
55+	56+	57+		58+	59+	60+	61+
62+	63+	64+			65-	66-	67+
68+		69-			70-	71+	

		72+				73+	
						74-	
						75-	
11	13	9	20	13	11	8	

Yekun göstəricilər:

("1" + "2" + "3"): 3= A1 aqressivlik indeksi ("6" + "7"): 2= Dİ - düşmənçilik indeksi.

A. Bass və A.Darki aqressiyanın onların rəyinə görə mühüm olan göstəricilərini və formalarını aşkara çıxarmaq üçün sorğu təklif ediblər.

1. Fiziki qüvvənin başqa şəxsə qarşı yönəldilməsi AQRESSİYA. FİZİKİ

2. Neqativ hisslərin forma vasitəsilə (dava-dalaş. qışqırıq, zingilti) eləcədə başqa adamlara qarşı yönəldilmiş söz birləşmələrinin məzmunu (hədə-qorxu, qarğışlar, söyüş) ilə edilməsi - VERBAL AQRESSİYA.

3. Başqalarına qarşı yönəldilmiş qeybətlərin, zarafatların dolayı yolla ifadəsi və istiqamətlənməmiş, nizamlanmamış qəzəb partlayışları (qışqırıq, ayaqları yerə çırpmaq və s.) - DOLAYI AQRESSİYA.

4. Adətən nüfuza və rəhbərliyə qarşı yönəldilmiş müxalifətçi davranış forması, hansı ki, tələblərə, qaydalara, qanunlara passiv müqavimətdən aktiv hərəkətlərə qədər inkişaf edə bilər - NEQATİVİZM

5. Əsəbləşməyə meyllilik, azacıq qıcıqlanma nəticəsində coşqunluqla, kəskinliklə, kobudluqla cavab verməyə hazırlıq - ƏSƏBİLİK.

6. İnsanlara münasibətdə inamsızlığa və ehtiyatlılığa meyllilik, hansı ki, ətrafdakıların zərər vurmaq niyyətində olduğuna olan inamdan irəli gəlir -ŞÜBHƏLİLİK.

7. Məhz kimdənsə və ya bütün dünyadan əsil və ya uydurma əzablara görə narazılıq, qəzəb hissi ilə şərtləndirilmiş paxıllıq və nifrətin ətrafdakılara qarşı biruzə verilməsi - İNCİKLİK.

8. Müayinədən keçirilənin özünün pis adam olması, pis hərəkətlər zərərli, qəzəbli və ya vicdansızcasına etməsi haqqında mümkün olan inamından irəli gələn münasibət və hərəkətlər özünə və ətrafdakılara AQRESSİYA və ya TƏQSİRKARLIQ HİSSİ.

Sorğuda bəzi motivasion təhriflər (məsələn, sosial arzuolunmazlıqla əlaqədar olaraq) ola bilər. Əldə olunmuş məlumatların etibarlı olmasını əlavə olaraq yoxlamaq tələb olunur (ya retestin, ya da digər metodikaların yardımı ilə). Bu sorğunun məktəb şagirdləri (altıncı sinifdən yuxarı) və müəllimləri (fənn müəllimləri və "psixoloq" ixtisası üzrə təcrübə keçən müəllimlər) ilə iş zamanı tətbiqi sonrakı korreksiya işi üçün kifayət qədər diaqnostik və konstruktivdir.

10	Başqalarının mənə güvənib bağlaması mövzusunda olduqca rahatam
11	Başqalarının mənə, mənim onlara verdiyim qədər dəyər verməyəndə narahat oluram
12	Öz özümə kifayət etməyim mənim üçün çox vacibdir.
13	Başqalarının mənə bağlanmamalarına üstünlük verirəm.
14	Başqalarıyla yaxın olmaq mənə narahat edir.
15	Düşünürəm ki, başqaları mənə istədiyim qədər mənim istədiyim qədər yaxınlaşmaqda könülsüz olduqlarını düşünürəm .
16	Başqalarına bağlanmamağa üstünlük verirəm
17	Başqaları mənə qəbul etməyəcək deyə qorxuram